भारतकी खुराककी समस्या

गांधीजी

संग्राहक
आर० के० प्रभु

नवजीवन प्रकाशन मंदिर
अहमदाबाद-१४

मुद्रक और प्रकाशक
जीवणजी डाह्याभाओी देसाओी
नवजीवन मुद्रणालय, अहमदावाद-१४

पहली आवृत्ति १००००

५० नये पैसे | जुलाओी, १९६०

अनुक्रमणिका

१

भारत कहां बसता है?

मेरा विश्वास है और मैंने अिस बातको असंख्य बार दुहराया है कि भारत अपने चन्द शहरोंमें नहीं बल्कि अपने सात लाख गांवोंमें बसा हुआ है। लेकिन हम शहरवासियोंका खयाल है कि भारत शहरोंमें ही है और गांवोंका निर्माण शहरोंकी जरूरतें पूरी करनेके लिअे ही हुआ है। हमने कभी यह सोचनेकी तकलीफ़ ही नहीं अुठाअी कि अुन गरीबोंको पेट भरने जितना अन्न और शरीर ढकने जितना कपड़ा भी मिलता है या नहीं और धूप तथा वर्षासे बचनेके लिअे अुनके सिर पर छप्पर है या नहीं।

हरिजन, ४-४-'३६; पृ० ६३

भारत और मानवताके प्रेमीको जो अेकमात्र प्रश्न अपने आपसे पूछना चाहिये वह है: भारतकी कंगाली और दुःख-दर्दको कम करनेके लिअे व्यावहारिक अुपायोंकी योजना कैसे की जानी चाहिये? सिंचाअीकी या खेती-सम्बन्धी अन्य किसी सुधारकी कोअी भी योजना, जिसकी मानवकी आविष्कारक बुद्धि कल्पना कर सकती है, विशाल क्षेत्रमें फैली हुअी भारतकी आबादीकी स्थितिको सुधार नहीं सकती अथवा निरन्तर बेकार रहनेवाले विशाल मानव-समूहके लिअे काम नहीं दे सकती।

अैसे देशकी कल्पना कीजिये जहां लोग प्रतिदिन औसतन पांच ही घंटे काम करते हों और वह भी स्वेच्छासे नहीं बल्कि परिस्थिति-योंकी लाचारीके कारण; बस, आपको भारतकी सही तसवीर मिल जायगी।

यदि पाठक अिस तसवीरको कल्पनामें देखना चाहता हो, तो अुसे अपने मनसे शहरी जीवनमें पायी जानेवाली व्यस्त दौड़ादौड़को,

या कारखानेके मजदूरोंकी शरीरको चूर कर देनेवाली थकावटको या चाय-बागानोंमें दिखाअी पड़नेवाली गुलामीको दूर कर देना चाहिये। ये तो भारतके मानव-समुद्रकी कुछ बूंदें ही हैं। अगर अुसे कंकाल-मात्र रह गये भूखे भारतीयोंकी तसवीर देखना हो, तो अुसे अुस अस्सी प्रतिशत आबादीकी बात सोचना चाहिये जो अपने खेतोंमें काम करती है, जिसके पास सालमें करीब चार महीने तक कोअी धंधा नहीं होता और जो लगभग भुखमरीकी जिन्दगी बिताती है। यह अुसकी सामान्य स्थिति है। अिस विवश बेकारीमें बार-बार पड़नेवाले अकाल काफी बड़ी वृद्धि करते हैं।

यंग अिंडिया, ३–११–'२१; पृ० ३५०

हमें आदर्श ग्रामवासी बनना है; अैसे ग्रामवासी नहीं जिन्हें सफाअीकी या तो कोअी समझ ही नहीं है या है तो बहुत विचित्र प्रकारकी, और जो अिस बातका कोअी विचार ही नहीं करते कि वे क्या खाते हैं और कैसे खाते हैं। अुनमें से ज्यादातर लोग किसी भी तरह अपना खाना पका लेते हैं, किसी भी तरह खा लेते हैं और किसी भी तरह रह लेते हैं। वैसा हमें नहीं करना है। हमें चाहिये कि हम अुन्हें आदर्श आहार बतलायें। आहारके चुनावमें हमें अपनी रुचियों और अरुचियोंका विचार नहीं करना चाहिये, बल्कि अुन रुचियों और अरुचियोंकी जड़ तक पहुंचना चाहिये।

हरिजन, १–३–'३५; पृ० २१

ग्राम-स्वराज्यकी मेरी कल्पना यह है कि वह अेक अैसा पूर्ण प्रजातंत्र होगा, जो अपनी अहम जरूरतोंके लिअे अपने पड़ोसियों पर भी निर्भर नहीं करेगा; और फिर भी बहुतेरी दूसरी जरूरतोंके लिअे — जिनमें दूसरोंका सहयोग अनिवार्य होगा — वह परस्पर सहयोगसे काम लेगा। अिस तरह हरअेक गांवका पहला काम यह होगा कि वह अपनी जरूरतका तमाम अनाज और कपड़ेके लिअे पूरी कपास खुद पैदा

कर ले। अुसके पास जितनी फाजिल जमीन होनी चाहिये, जिसमें ढोर चर सकें और गावके बड़ों व बच्चोंके लिअे मनबहलावके साधन और खेलकूदके मैदान वगैराका बन्दोबस्त हो सके। अिसके बाद भी जमीन बचे, तो अुसमें वह अैसी अुपयोगी फसलें बोयेगा, जिन्हें बेचकर वह आर्थिक लाभ अुठा सके; यों वह गाजा, तम्बाकू, अफीम वगैराकी खेतीसे बचेगा। हरअेक गावमें गावकी अपनी अेक नाटक-शाला, पाठशाला और सभा-भवन रहेगा। पानीके लिअे अुसका अपना अिन्तजाम होगा — वाटरवर्क्स होंगे — जिससे गांवके सभी लोगोंको शुद्ध पानी मिला करेगा। कुओं और तालाबों पर गांवका पूरा नियंत्रण रखकर यह काम किया जा सकता है। बुनियादी तालीमके आखिरी दर्जे तक शिक्षा सबके लिअे लाजिमी होगी। जहां तक हो सकेगा, गावके सारे काम सहयोगके आधार पर किये जायगे।

हरिजनसेवक, २-८-'४२; पृ० २४३।

२
भारतमें खुराककी कमी क्यों है ?

प्र० — आजकल हिन्दुस्तान अपनी आबादीके लिअे काफी खुराक पैदा नहीं कर सकता। बाहरसे खुराक खरीदनेके लिअे हिन्दुस्तानको दूसरा माल बेचना होगा, ताकि वह अुसकी कीमत चुका सके। अिसलिअे हिन्दुस्तानको यह माल अैसी कीमत पर तैयार करना होगा, जो दूसरे देशोंकी कीमतोंके मुकाबलेमें ठहर सके। मेरी रायमें आजकलकी मशीनोंके बगैर यह नहीं हो सकता। और जब तक शारीरिक मेहनतकी जगह मशीन न ले ले, तब तक यह सब कैसे किया जा सकता है ?

अु० — पहले वाक्यमें जो बात कही गअी है वह बिलकुल गलत है। बहुतसे लोगोंने अिससे अुलटी राय जाहिर की है, फिर भी मैं तो मानता हूं कि हिन्दुस्तान अिस समय काफी अनाज पैदा कर सकता है।

मन 'नाम दे दिया गया है' का अुपयोग अिसलिअे किया है कि ज्यों ही ये राष्ट्र यह पहचान लेंगे कि अिस समय भी वे अुन राष्ट्रोंसे ज्यादा ताकतवर हैं, जिनके पास नयेसे नये हथियार और मशीनें हैं, त्यों ही वे अिस बातसे अिनकार कर देंगे कि वे कमजोर हैं। तब किसीकी यह हिम्मत भी नहीं होगी कि अुन्हें कमजोर कह सकें।

हरिजनसेवक, १८-८-'४६; पृ० २६९

विदेशोंकी मदद पर निर्भर करनेसे हम और भी ज्यादा पराधीन बन जायंगे। आशा न रखते हुअे भी बाहरसे जो अनाज आ पहुंचेगा अुसे हम फेंक नहीं देंगे, बल्कि अुसे ले लेंगे और अुसके लिअे भेजनेवालोंके अहसानमन्द रहेंगे। अिस तरह बाहरसे अनाज मंगाना सरकारका परम धर्म है। लेकिन सरकारकी ओर टक-टकी लगाकर बैठनेमें या दूसरे
• आधार रखनेमें मैं कोअी श्रेय नहीं देखता। यही नहीं, बल्कि

रखी हुअी आशाके सफल न होने पर लोगोंमें जो निराशा पैदा होगी, वह अिस संकटके समयमें अनके विश्वासको तोड देगी। लेकिन अगर जनता अिस कठिन समयमें अेकमत हो जाय, दृढ़ बन जाय, केवल ओीश्वर पर ही भरोसा रखनेवाली बन जाय और सरकारका जो भी काम अुसे कल्याणकारी मालूम हो अुसका विरोध न करे, तो जनताके लिअे निराशाका कोअी कारण न रह जाय, वह आगे बढ़े और अिस अग्नि-परीक्षामें से अुजली होकर निकले। और दूसरे देशोंसे, जहां-जहां अनाज बच सकता है, बचा हुआ अनाज अपने-आप यहां आ सकता है। अंग्रेजीमें अेक बढ़िया कहावत है कि जो अपनी मदद खुद करते हैं यानी स्वावलम्बी बनते हैं अुनकी मदद तो स्वयं ओीश्वर भी करता है; तब औरोंका तो पूछना ही क्या?

हरिजनसेवक, २४-२-'४६; पृ० २२

३

खुराककी कमीकी समस्या

[देशमें फैली हुअी खुराककी कमीकी गंभीर परिस्थितिमें डॉ० राजेन्द्रप्रसादको अपनी सलाहका लाभ देनेके लिअे अुनके निमंत्रण पर भारतके बहुतसे नेता दिल्लीमें अक्तूबर, १९४७ में अिकट्ठे हुअे थे। अुस समयकी परिस्थितिका जिक्र करते हुअे गांधीजीने अपने प्रार्थना-प्रवचनमें नीचेके विचार प्रकट किये थे:]

कुदरती या अिन्सानके पैदा किये हुअे अकालमें हिन्दुस्तानके करोड़ों नहीं, तो लाखों आदमी भूखसे मरे हैं। अिसलिअे यह हालत हिन्दुस्तानके लिअे नयी नहीं है। मेरी रायमें अेक व्यवस्थित समाजमें अनाज और पानीकी कमीके सवालको कामयाबीसे हल करनेके लिअे पहलेसे सोचे हुअे अुपाय हमेशा तैयार रहने चाहिये। व्यवस्थित समाज कैसा हो और अुसे अिस सवालको कैसे सुलझाना चाहिये, अिन बातों पर

जिसके साथ ही यह असंभव नहीं है कि अनाजकी फेर-बदलीके समय अुसमें अितनी मिलावट कर दी जाय कि वह खाने लायक ही न रह जाय। हम अिस बातसे आंखें नहीं मूंद सकते कि हमें मनुष्यके भले-बुरे सब तरहके स्वभावसे निपटना है। दुनियाके किसी हिस्सेमें अैसा मनुष्य नहीं मिलेगा, जिसमें कुछ-न-कुछ कमजोरी न हो।

विदेशी मददका मतलब

दूसरे, हम यह भी देखें कि दूसरे देशोंसे कितनी मदद मिल सकती है। मुझे मालूम हुआ है कि हमारी आजकी जरूरतोंके तीन फीसदीसे ज्यादा हम नहीं पा सकते। अगर यह बात सही है, और मैंने कओी विशेषज्ञोंसे अिसकी जांच कराअी है और अुन्होंने अिसे सही माना है, तो मेरा यह विश्वास है कि बाहरी मदद पर भरोसा करना बेकार है। यह जरूरी है कि हमारे देशमें खेतीके लायक जो जमीन है, अुसके अेक-अेक अिंच हिस्सेमें हम ज्यादा पैसे दिलानेवाली फसलोंके बजाय रोजमर्रा काममें आनेवाला अनाज पैदा करें। अगर हम बाहरी मदद पर जरा भी निर्भर रहे, तो हो सकता है कि अपने देशके भीतर ही अपनी जरूरतका अनाज पैदा करनेकी जो जबरदस्त कोशिश हमें करनी चाहिये अुससे हम बहक जायं। जो पड़ती जमीन खेतीके काममें लाअी जा सकती है, अुसे हम जरूर अिस काममें ले।

मुझे भय है कि खाने-पीनेकी चीजोंको अेक जगह जमा करके वहांसे सारे देशमें अुन्हें पहुंचानेका तरीका नुकसानदेह है। विकेन्द्रीकरणके जरिये हम आसानीसे काले बाजारका खात्मा कर सकते हैं और चीजोंको यहांसे वहां लाने-ले जानेमें लगनेवाले समय और पैसेकी बचत कर सकते हैं। हिन्दुस्तानके अनाज पैदा करनेवाले देहाती अपनी फसलको चूहों वगैरासे बचानेकी तरकीबें जानते हैं। अनाजको अेक स्टेशनसे दूसरे स्टेशन तक लाने-ले जानेमें चूहों वगैराको अुसे खानेका काफी मौका मिलता है। अिससे देशके करोड़ों रुपयोंका नुकसान होता है और जब हम अेक-अेक छटाक अनाजके लिअे तरसते हैं, तब देशका

विचार करनेका यह समय नहीं है। अिस समय तो हमें सिर्फ यही विचार करना है कि अनाजकी मौजूदा भयंकर तंगीको हम किस तरह कामयाबीके साथ दूर कर सकते हैं।

मेरा खयाल है कि हम लोग यह काम कर सकते हैं। पहला सबक जो हमें सीखना है वह है स्वावलम्बन और अपने-आप पर भरोसा रखनेका। अगर हम यह सबक पूरी तरह सीख लें, तो विदेशों पर निर्भर रहने और अिस तरह अपना दिवालियापन जाहिर करनेसे हम बच सकते हैं। यह बात घमण्डसे नहीं, बल्कि सचाअीको ध्यानमें रखकर कही गअी है। हमारा देश छोटा नहीं है, जो अपने अनाजके लिअे बाहरी मदद पर निर्भर रहे। यह तो अेक छोटा-मोटा महाद्वीप है, जिसकी आबादी चालीस करोड़के लगभग है। हमारे देशमें बड़ी-बड़ी नदियां, कअी तरहकी अुपजाअू जमीन और अखूट पशुधन है। हमारे पशु अगर हमारी जरूरतसे बहुत कम दूध देते हैं, तो अिसमें पूरी तरह हमारा ही दोष है। हमारे पशु अिस योग्य हैं कि वे कभी भी हमें अपनी जरूरतके जितना दूध दे सकते हैं। पिछली कुछ सदियोंमें अगर हमारे देशकी अुपेक्षा न की गअी होती, तो आज अुसका अनाज सिर्फ अुसीको काफी नहीं होता, बल्कि पिछले महायुद्धकी वजहसे अनाजकी तंगी भोगनेवाली दुनियाको भी अुसकी जरूरतका बहुत-कुछ अनाज हिन्दुस्तानसे मिल जाता। आज दुनियाके जिन देशोंमें अनाजकी तंगी है, अुनमें हिन्दुस्तान भी शामिल है। आज तो यह मुसीबत घटनेके बजाय बढ़ती हुअी जान पड़ती है। मेरा यह सुझाव नहीं है कि जो दूसरे देश राजी-खुशीसे हमें अपना अनाज देना चाहते हैं, अुनका अहसान न मानते हुअे हम अुसे लौटा दें। मैं सिर्फ अितना ही कहना चाहता हूं कि हम भीख न मांगते फिरें। अुससे हम नीचे गिरते हैं। अिसमें देशके भीतर अेक जगहसे दूसरी जगह अनाज भेजनेकी कठिनाअियां और शामिल कर दीजिये। हमारे यहां अनाज और दूसरी खाने-पीनेकी चीजोंको अेक जगहसे दूसरी जगह शीघ्रतासे भेजनेकी सहूलियतें नहीं हैं।

शिसके साथ ही यह असंभव नहीं है कि अनाजकी फ़ेर-बदलीके समय अुसमें शितनी मिलावट कर दी जाय कि वह खाने लायक ही न रह जाय। हम शिस बातसे आंखें नहीं मूंद सकते कि हमें मनुष्यके भले-बुरे सब तरहके स्वभावसे निपटना है। दुनियाके किसी हिस्सेमें अैसा मनुष्य नहीं मिलेगा, जिसमें कुछ-न-कुछ कमजोरी न हो।

विदेशी मददका मतलब

दूसरे, हम यह भी देखें कि दूसरे देशोंसे कितनी मदद मिल सकती है। मुझे मालूम हुआ है कि हमारी आजकी जरूरतोंके तीन फीसदीसे ज्यादा हम नहीं पा सकते। अगर यह बात सही है, और मैंने कअी विशेषज्ञोंसे शिसकी जांच कराअी है और अुन्होंने शिसे सही माना है, तो मेरा यह विश्वास है कि बाहरी मदद पर भरोसा करना बेकार है। यह जरूरी है कि हमारे देशमें खेतीके लायक जो जमीन है, अुसके अेक-अेक शिंच हिस्सेमें हम ज्यादा पैसे दिलानेवाली फसलोंके बजाय रोजमर्रा काममें आनेवाला अनाज पैदा करें। अगर हम बाहरी मदद पर जरा भी निर्भर रहे, तो हो सकता है कि अपने देशके भीतर ही अपनी जरूरतका अनाज पैदा करनेकी जो जबरदस्त कोशिश हमें करनी चाहिये अुससे हम बहक जायं। जो पड़ती जमीन खेतीके काममें लाअी जा सकती है, अुसे हम जरूर शिस काममें लें।

मुझे भय है कि खाने-पीनेकी चीजोंको अेक जगह जमा करके वहांसे सारे देशमें अुन्हें पहुंचानेका तरीका नुकसानदेह है। विकेन्द्रीकरणके जरिये हम आसानीसे काले बाजारका खात्मा कर सकते हैं और चीजोंको यहांसे वहां लाने-ले जानेमें लगनेवाले समय और पैसेकी बचत कर सकते हैं। हिन्दुस्तानके अनाज पैदा करनेवाले देहाती अपनी फसलको चूहों वगैराले बचानेकी तरकीबें जानते हैं। अनाजको अेक स्टेशनसे दूसरे स्टेशन तक लाने-ले जानेमें चूहों वगैराको अुसे खानेका काफी मौका मिलता है। शिससे देशके करोड़ों रुपयोंका नुकसान होता है और जब हम अेक-अेक छटाक अनाजके लिअे तरसते हैं, तब देशका

हजारों मन अनाज अिस तरह वरवाद हो जाता है। अगर हरअेक हिन्दुस्तानी जहां संभव हो वहां अनाज पैदा करनेकी जरूरतको महसूस करे, तो शायद हम भूल जायं कि देशमें कभी अनाजकी तंगी थी। ज्यादा अनाज पैदा करनेका विपय अैसा है, जिसमें सवके लिअे आकर्षण है। अिस विषय पर मैं पूरे विस्तारके साथ तो नहीं वोल सका, मगर मुझे अुम्मीद है कि मेरे अितना कहनेसे आप लोगोंके मनमें अिसके वारेमें रुचि पैदा हुअी होगी और समझदार लोगोंका ध्यान अिस वातकी तरफ मुड़ा होगा कि हरअेक व्यक्ति अिस तारीफके लायक काममें कैसे मदद कर सकता है।

कमीका सामना किस तरह किया जाय?

अव मैं आपको यह वता दूं कि वाहरसे हमको मिलनेवाले तीन फीसदी अनाजको लेनेसे अिनकार करनेके वाद हम किस तरह अिस कमीको पूरा कर सकते हैं। हिन्दू लोग महीनेमें दो वार अेकादशी-व्रत रखते हैं। अिस दिन वे आधा या पूरा अुपवास करते हैं। मुसलमान और दूसरे फिरकोंके लोगोंको भी अुपवासकी मनाही नहीं है — खास करके जव करोड़ों भूखों मरते लोगोंके लिअे अेक-आध दिनका अुपवास करना पड़े। अगर सारा देश अिस तरहके अुपवासके महत्त्वको समझ ले, तो हमारे विदेशी अनाज लेनेसे अिनकार करनेके कारण जो कमी होगी, अुससे भी ज्यादा कमीको वह पूरी कर सकता है।

मेरी अपनी रायमें तो अगर अनाजके रेशनिंगका कोअी अुपयोग है भी तो वह वहुत कम है। अगर अनाज पैदा करनेवालोंको अुनकी मर्जी पर छोड़ दिया जाय, तो वे अपना अनाज वाजारमें लायेंगे; और हरअेकको अच्छा और खाने लायक अनाज मिलेगा, जो आज आसानीसे नहीं मिलता।

प्रेसिडेन्ट ट्रूमेनकी सलाह

अनाजकी तंगीके वारेमें अपनी वात खतम करनेसे पहले मैं आप लोगोंका ध्यान प्रेसिडेन्ट ट्रूमेनकी अमेरिकन जनताको दी गयी

अुस सलाहकी तरफ दिलाअूगा, जिसमें अुन्होने कहा है कि अमेरिकन लोगोंको कम रोटी खाकर यूरोपके भूखों मरते लोगोंके लिअे अनाज बचाना चाहिये। अुन्होंने आगे कहा है कि अगर अमेरिकाके लोग खुद होकर अिस तरहका अुपवास करेंगे, तो अुनकी तन्दुरुस्तीमें कोअी कमी नहीं आयेगी। प्रेसिडेन्ट ट्रूमेनको अुनके अिस परोपकारी रुख पर मैं बधाअी देता हू। मैं अिस सुझावको माननेके लिअे तैयार नही हू कि जिस परोपकारके पीछे अमेरिकाका आर्थिक लाभ अुठानेका गन्दा अिरादा छिपा हुआ है। किसी मनुष्यका न्याय अुसके कामों परसे होना चाहिये, अुनके पीछे रहनेवाले अिरादेसे नही। अेक भगवानके सिवा और कोअी नही जानता कि मनुष्यके दिलमें क्या है। अगर अमेरिका भूखे यूरोपको अनाज देनेके लिअे अुपवास करेगा या कम खायगा, तो क्या हम अपने खुदके लिअे यह काम नही कर सकेंगे? अगर बहुतसे लोगोंका भूखसे मरना निश्चित है, तो हमें स्वावलम्बनके तरीकेसे अुनको बचानेकी पूरी-पूरी कोशिश करनेका यश तो कमसे कम ले ही लेना चाहिये। जिससे हमारा राष्ट्र अूचा अुठता है।

हरिजनसेवक, १९-१०-'४७; पृ० ३१६-१७

४

कण्ट्रोल बुराओ पैदा करता है

कण्ट्रोलमे धोखेबाजी बढ़ती है, सत्यका गला घोंटा जाता है, कालाबाजार खूब बढ़ता है और चीजोंकी बनावटी कमी बनी रहती है। सबसे बड़ी बात तो यह है कि कण्ट्रोल लोगोंको बुजदिल बनाता है, अुनके काम करनेके अुत्साहको खतम कर देता है। जिससे लोग अपनी जरूरतें खुद पूरी करनेकी सीखको भूल जाते है, जिसे वे अेक पीढ़ीसे सीखते आ रहे हैं। कण्ट्रोल अुन्हे हमेशा दूसरोका मुह ताकना सिखाता है। अिस दु:खभरी बातसे बढ़कर अगर कोअी दूसरी बात हो सकती

है, तो वह है बड़े पैमाने पर चलनेवाली आजकी भाओी-भाओीकी हत्या और लाखोंकी आबादीकी पागलपनभरी अदला-बदली। अिस अदला-बदलीसे लोग बिना जरूरतके मरते हैं, अुन्हें भूखों मरना पड़ता है, रहनेको ठीक घर नहीं मिलते और खासकर आनेवाले तेज जाड़ेसे बचनेके लिअे पहनने-ओढ़नेको ठीक कपड़े मयस्सर नहीं होते। यह दूसरी दुःखभरी बात सचमुच ज्यादा बड़ी दिखाओी देती है। लेकिन हम पहली यानी कण्ट्रोलकी बातको सिर्फ अिसीलिअे नहीं भुला सकते कि वह अितनी बढ़ी-चढ़ी नहीं दिखाओी देती।

पिछली लड़ाओीसे हमें जो बुरी विरासतें मिलीं, खुराकका कण्ट्रोल अुन्हींमें से अेक है। अुस समय कण्ट्रोल शायद जरूरी था, क्योंकि बहुत बड़ी मात्रामें अनाज और दूसरी खानेकी चीजें हिन्दुस्तानसे बाहर भेजी जाती थीं। अिस अस्वाभाविक निर्यातका लाजिमी नतीजा यही होना था कि देशमें अनाजकी तंगी पैदा हो। अिसलिअे बहुतसी बुराअियोंके रहते हुअे भी रेशनिंग जारी करना पड़ा। लेकिन अब हम चाहें तो अनाजका निर्यात बन्द कर सकते हैं। अगर हम अनाजके मामलेमें हिन्दुस्तानके लिअे बाहरी मददकी अुम्मीद न करें, तो हम दुनियाके भूखों मरनेवाले देशोंकी मदद कर सकेंगे।

मैंने अपने दो पीढ़ियोंके लम्बे जीवनमें बहुतसे कुदरती अकाल देखे हैं। लेकिन मुझे याद नहीं आता कि कभी रेशनिंगका खयाल भी किया गया हो।

भगवानकी दया है कि अिस साल बारिश अच्छी हुओी है। अिसलिअे देशमें खुराककी सच्ची कमी नहीं है। हिन्दुस्तानके गांवोंमें काफी अनाज, दालें और तिलहन हैं। कीमतों पर जो बनावटी कण्ट्रोल रखा जाता है, अुसे अनाज पैदा करनेवाले किसान नहीं समझते — वे समझ नहीं सकते। अिसलिअे वे अपना अनाज, जिसकी कीमत अुन्हें खुले बजारमें ज्यादा मिल सकती है, कण्ट्रोलकी अितनी कम कीमतों पर खुशीसे बेचना पसंद नहीं करते। अिस सचाओीको आज

सब कोओी जानते हैं। अनाजकी तंगी साबित करनेके लिओे न तो लम्बे-चौड़े आंकड़े अिकट्ठे करनेकी जरूरत है और न बड़े-बड़े लेख और रिपोर्टें निकालना जरूरी है। हम आशा रखें कि देशकी जरूरतसे ज्यादा बढ़ी हुओी आबादीका भूत दिखाकर कोओी हमें डरायेगा नहीं।

हमारे मंत्री जनताके हैं और जनतामें से हैं। अुन्हें अिस बातका घमंड नहीं करना चाहिये कि अुनका ज्ञान अुन अनुभवी लोगोंसे ज्यादा है, जो मंत्रियोंकी कुर्सियों पर नहीं बैठे हैं, लेकिन जिनका यह पक्का विश्वास है कि कण्ट्रोल जितनी जल्दी हटे अुतना ही देशका फायदा होगा। अेक वैद्यने लिखा है कि अनाजके कण्ट्रोलने अुन लोगोंके लिओे, जो रेशनके खाने पर निर्भर करते हैं, खाने लायक अनाज और दाल पाना असंभव बना दिया है। अिसलिओे सड़ा-गला अनाज खानेवाले लोग गैर-जरूरी तौर पर बीमारियोंके शिकार बनते हैं।

आज जिन गोदामोंमें कण्ट्रोलका सड़ा-गला अनाज बेचा जाता है, अुन्हींमें सरकार आसानीसे अच्छा अनाज बेच सकती है, जो वह खुले बाजारमें खरीदेगी। अैसा करनेसे कीमतें अपने-आप ठीक हो जायंगी और जो अनाज, दालें या तिलहन लोगोंके घरोंमें छिपे पड़े हैं वे सब बाहर निकल आयेंगे। क्या सरकार अनाज बेचनेवालों और पैदा करनेवालोंका विश्वास नहीं करेगी? अगर लोगोंको कानून-कायदेकी रस्सीसे बांधकर ओीमानदार रहना सिखाया जायगा तो लोकशाही टूट पड़ेगी। लोकशाही सिर्फ विश्वास पर ही कायम रह सकती है। अगर लोग आलसके कारण या अेक-दूसरेको धोखा देनेके कारण मरते हैं, तो अुनकी मौतका स्वागत किया जाय। फिर बचे हुओे लोग आलस, सुस्ती और निर्दय स्वार्थके पापको नहीं दोहरायेंगे।

हरिजनसेवक, १६-११-'४७; पृ० ३४९-५०

५

कण्ट्रोल हटानेका मतलब

किसी बच्चेको रुअीमें लपेटकर ही रखा जाये, तो या तो वह मर जायगा या बढ़ेगा ही नहीं। अगर आप चाहते हैं कि वह तगड़ा आदमी बने, तो आपको अुसे सिखाना होगा कि वह सब किस्मके मौसमको बरदाश्त कर सके। अिसी तरह सरकार अगर सरकार कहलानेके लायक है, तो अुसे लोगोंको सिखाना चाहिये कि कमीका सामना कैसे किया जाय। अुसे लोगोंको बुरे मौसमका और जीवनकी दूसरी कठिनाअियोंका अपने संयुक्त प्रयत्नसे सामना करना सिखाना चाहिये। बिना अपनी मेहनतके जैसे-तैसे अुन्हें जिन्दा रखनेमें मदद नहीं करनी चाहिये।

अिस तरह देखा जाय तो अंकुश हटानेका अर्थ यह है कि सरकारके चन्द लोगोंकी जगह करोड़ोंको दूरन्देशी सीखना है। सरकारको जनताके प्रति नअी जिम्मेदारियां अुठानी होंगी, ताकि वह जनताके प्रति अपना फर्ज पूरा कर सके। गाड़ियों वगैराकी व्यवस्था सुधारनी होगी। अुपज बढ़ानेके तरीके लोगोंको बताने होंगे। अिसके लिअे खुराक-विभागको बड़े जमींदारोंके बजाय छोटे-छोटे किसानोंकी तरफ ज्यादा ध्यान देना होगा। सरकारको अेक ओर तो सारी जनताका भरोसा करना है,

अुठनेसे किसानको जिस हद तक अधिक दाम मिलेंगे अुस हद तक खुराककी कीमत बढ़ेगी। खरीदारको अिसमें शिकायत नही होनी चाहिये। सरकारको देखना होगा कि नयी व्यवस्थामें कीमत बढ़नेसे जो नफा होगा, वह सबका सब किसानकी जेबमें जाय। जनताके सामने हर रोज या हर हफ्ते यह चीज स्पष्ट करनी होगी। बड़े-बड़े मिल-मालिकों और बीचके सौदागरोंको सरकारके साथ सहकार करना होगा और अुसके मातहत काम करना होगा। मैं समझता हूं कि यह काम आज हो रहा है। अिन चन्द लोगों और मंडलोंमें पूरा मेलजोल और सहकार होना चाहिये। आज तक अुन्होंने गरीबोंको चूसा है और अुनमें आपस-आपसमें भी स्पर्धा चलती आयी है। यह सब दूर करना होगा, खास करके खुराक और कपड़ेके बारेमें। अिन चीजोंमें नफा कमाना किसीका हेतु नहीं होना चाहिये। अंकुश अुठनेसे अगर लोग नफा कमानेमें सफल हो सके, तो अंकुश अुठानेका हेतु निष्फल जायेगा। हम आशा रखें कि पूंजीपति अिस मौके पर पूरा सहयोग देंगे।

हरिजनसेवक, २१-१२-'४७, पृ० ४०६

अंकुश हटनेसे अूंचे चढ़नेवाले दामोंका भूत मुझे तो व्यक्तिगत रूपसे नहीं डराता। अगर हमारे बीच बहुतसे धोखेबाज लोग हैं और हम अुनका मुकाबला करना नहीं जानते, तो हम अुनके द्वारा खा लिये जाने लायक हैं। तब हम मुसीबतोंका बहादुरीसे सामना करना जानेंगे। सच्ची लोकशाही लोग किताबोंसे या सरकारके नामसे पहचाने जानेवाले लेकिन असलमें अपने सेवकोंसे नहीं सीखते। कठिन अनुभव ही लोकशाहीमें सबसे अच्छा शिक्षक होता है।

हरिजनसेवक, १८-१-'४८; पृ० ४५६

६

तंगीके जमानेमें

[पिछली लड़ाअीके दौरानमें जब भारतमें खाद्य-पदार्थोंकी तंगी फैली हुअी थी, अुस समय गांधीजीने अपने देशवासियोंको निम्न-लिखित सलाह दी थी। देशकी वर्तमान स्थितिको देखते हुअे आज भी अुसका महत्त्व है, जिसे अभी भी जरूरतका लाखों टन खाद्यान्न आयात करना पड़ रहा है।]

कहावत है कि जो जितना बचाता है, वह अुतना ही कमाता या पैदा करता है। अिसलिअे जिन्हें गरीबों पर दया है, जो अुनके साथ अैक्य साधना चाहते हैं, अुन्हें अपनी आवश्यकतायें कम करनी चाहिये। यह हम कअी तरीकोंसे कर सकते हैं। मैं अुनमें से कुछ ही का यहां जिक्र करूंगा।

धनिक वर्गमें प्रमाण या आवश्यकतासे कहीं ज्यादा खाना खाया और जाया किया जाता है। अेक समयमें अेक ही अनाज अिस्तेमाल करना चाहिये। चपाती, दाल-भात, दूध-घी, गुड़ और तेल ये खाद्य-पदार्थ साग-तरकारी और फलके अुपरांत आम तौर पर हमारे घरोंमें अिस्तेमाल किये जाते हैं। आरोग्यकी दृष्टिसे यह मेल ठीक नहीं है। जिन लोगोंको दूध, पनीर, अंडे या मांसके रूपमें स्नायुवर्धक तत्त्व मिल जाते हैं, अुन्हें दालकी बिलकुल जरूरत नहीं रहती। गरीब लोगोंको तो सिर्फ वनस्पति द्वारा ही स्नायुवर्धक तत्त्व मिल सकते हैं। अगर

खाया जाय, तो आधी मात्रासे ही काम चल जाता है। अन्नको कच्चे सलाद, जैसे कि प्याज, गाजर, मूली, लेटिस, हरी पत्तियों और टमाटर-के साथ खाया जाय तो लाभ होता है। कच्ची हरी सब्जियोंके सलादके अेक-दो औंस भी ८ औंस पकाअी हुअी सब्जियोंके बराबर होते हैं। चपाती या डबल रोटी दूधके साथ नहीं लेनी चाहिये। शुरूमें अेक वक्त चपाती या डबल रोटी और कच्ची सब्जियां और दूसरे वक्त पकाअी हुअी सब्जी दूध या दहीके साथ ले सकते हैं। मिष्टान्नका भोजन बिलकुल बन्द कर देना चाहिये। अिनकी जगह गुड़ या थोड़ी मात्रामें शक्कर अकेले अथवा दूध या डबल रोटीके साथ ले सकते हैं।

ताजे फल खाना अच्छा है, परन्तु शरीरके पोषणके लिअे थोड़ा फल-सेवन भी पर्याप्त होता है। यह महंगी वस्तु है और धनिक लोगोंके आवश्यकतासे अत्यन्त अधिक फल-सेवनके कारण गरीबों और बीमारोंको, जिन्हें धनिकोंकी अपेक्षा अधिक फलोंकी जरूरत होती है, फल मिलना दुश्वार हो गया है।

कोअी भी वैद्य या डॉक्टर, जिसने भोजनके शास्त्रका अध्ययन किया है, प्रमाणके साथ कह सकेगा कि मैंने जो अूपर बताया है, अुससे शरीरको किसी प्रकारका नुकसान नहीं हो सकता। अुलटे, तन्दुरुस्ती अधिक अच्छी हो सकती है।

स्पष्ट ही भोजन-सामग्रीकी किफायतका सिर्फ यही अेक तरीका नहीं है। अिसके सिवा और भी कअी तरीके हैं। परन्तु केवल अिसी अेक अुपायसे कोअी बड़ा लाभ नहीं हो सकता।

गल्लेके व्यापारियोंको लालच और जितना मुनाफा मिल सके अुतना मुनाफा कमानेकी वृत्ति त्यागना चाहिये। अुन्हें यथासंभव थोड़ेसे थोड़े मुनाफेमें ही संतुष्ट रहना चाहिये। यदि वे गरीबोंके लिअे गल्लेके भंडार न रखेंगे, तो अुन्हें लूटपाटका डर रहेगा। अुन्हें चाहिये कि वे अपने पड़ोसके आदमियोंसे सम्पर्क बनाये रखें। कार्यकर्ताओंको वे अिन गल्लेके व्यवसायियोंके यहां जायें और यह संदेश अुन्हें

६

तंगीके जमानेमें

[पिछली लड़ाअीके दौरानमें जब भारतमें खाद्य-पदार्थोंकी तंगी फैली हुअी थी, अुस समय गांधीजीने अपने देशवासियोंको निम्न-लिखित सलाह दी थी। देशकी वर्तमान स्थितिको देखते हुअे आज भी अुसका महत्त्व है, जिसे अभी भी जरूरतका लाखों टन खाद्यान्न आयात करना पड़ रहा है।]

कहावत है कि जो जितना बचाता है, वह अुतना ही कमाता या पैदा करता है। अिसलिअे जिन्हें गरीबों पर दया है, जो अुनके साथ अैक्य साधना चाहते हैं, अुन्हें अपनी आवश्यकतायें कम करनी चाहिये। यह हम कअी तरीकोंसे कर सकते हैं। मैं अुनमें से कुछ ही का यहां जिक्र करूंगा।

धनिक वर्गमें प्रमाण या आवश्यकतासे कहीं ज्यादा खाना खाया और जाया किया जाता है। अेक समयमें अेक ही अनाज अिस्तेमाल करना चाहिये। चपाती, दाल-भात, दूध-घी, गुड़ और तेल ये खाद्य-पदार्थ शाक-तरकारी और फलके अुपरांत आम तौर पर हमारे घरोंमें अिस्तेमाल किये जाते हैं। आरोग्यकी दृष्टिसे यह मेल ठीक नहीं है। जिन लोगोंको दूध, पनीर, अंडे या मांसके रूपमें स्नायुवर्धक तत्त्व मिल जाते हैं, अुन्हें दालकी बिलकुल जरूरत नहीं रहती। गरीब लोगोंको तो सिर्फ वनस्पति द्वारा ही स्नायुवर्धक तत्त्व मिल सकते हैं। अगर धनिक वर्ग दाल और तेल लेना छोड़ दे, तो गरीबोंको जीवन-निर्वाहके लिअे ये आवश्यक पदार्थ मिलने लगें। अिन बेचारोंको न तो प्राणियोंके शरीरसे पैदा हुअे स्नायुवर्धक तत्त्व मिलते हैं और न चिकनाअी ही। अन्नको दलियाकी तरह मुलायम बनाकर कभी नहीं खाना चाहिये। अगर अुसको किसी रसीली या तरल चीजमें डुबोये बगैर सूखा ही

खाया जाय, तो आधी मात्रासे ही काम चल जाता है। अन्नको कच्चे सलाद, जैसे कि प्याज, गाजर, मूली, लेटिस, हरी पत्तियों और टमाटर-के साथ खाया जाय तो लाभ होता है। कच्ची हरी सब्जियोंके सलादके अेक-दो औंस भी ८ औंस पकाअी हुअी सब्जियोंके बराबर होते हैं। चपाती या डबल रोटी दूधके साथ नहीं लेनी चाहिये। शुरूमें अेक वक्त चपाती या डबल रोटी और कच्ची सब्जियां और दूसरे वक्त पकाअी हुअी सब्जी दूध या दहीके साथ ले सकते हैं। मिष्टान्नका भोजन बिलकुल बन्द कर देना चाहिये। जिनकी जगह गुड़ या थोड़ी मात्रामें शक्कर अकेले अथवा दूध या डबल रोटीके साथ ले सकते हैं।

ताजे फल खाना अच्छा है, परन्तु शरीरके पोषणके लिअे थोड़ा फल-सेवन भी पर्याप्त होता है। यह महंगी वस्तु है और धनिक लोगोंके आवश्यकतासे अत्यन्त अधिक फल-सेवनके कारण गरीबों और बीमारोंको, जिन्हें धनिकोंकी अपेक्षा अधिक फलोंकी जरूरत होती है, फल मिलना दुश्वार हो गया है।

कोअी भी वैद्य या डॉक्टर, जिसने भोजनके शास्त्रका अध्ययन किया है, प्रमाणके साथ कह सकेगा कि मैंने जो अूपर बताया है, अुससे शरीरको किसी प्रकारका नुकसान नहीं हो सकता। अुलटे, तन्दुरुस्ती अधिक अच्छी हो सकती है।

स्पष्ट ही भोजन-सामग्रीकी किफायतका सिर्फ यही अेक तरीका नहीं है। जिसके सिवा और भी कअी तरीके हैं। परन्तु केवल अिसी अेक अुपायसे कोअी बड़ा लाभ नहीं हो सकता।

गल्लेके व्यापारियोंको लालच और जितना मुनाफा मिल सके अुतना मुनाफा कमानेकी वृत्ति त्यागना चाहिये। अुन्हें यथासंभव थोड़ेसे थोड़े मुनाफेमें ही सन्तुष्ट रहना चाहिये। यदि वे गरीबोंके लिअे गल्लेके भंडार न रखेंगे, तो अुन्हें लूटपाटका डर रहेगा। अुन्हें चाहिये कि वे अपने पड़ोसके आदमियोंसे संपर्क बनाये रखें। कांग्रेसियोंको चाहिये कि वे जिन गल्लेके व्यवसायियोंके यहां जायें और यह सन्देश अुन्हें सुनायें।

सकते है, वहां अनाज और दालोंका अुपयोग घटा देना चाहिये। अैसा आसानीसे किया जा सकता है। अनाजोंमें पाया जानेवाला स्टार्च या निशास्ता गाजर, चुकन्दर, आलू, अरवी, रतालू, जमीकन्द, केला वगैरा चीजोंमें मिल सकता है। असमें खयाल यह है कि अुन अनाजों और दालोंको, जिन्हें अिकट्ठा करके रखा जा सके, मौजूदा खुराकमें शामिल न किया जाय और अुन्हें बचाकर रखा जाय। साग-सब्जी भी मौज-मजा और स्वादके लिअे न खानी चाहिये, खासकर अैसी हालतमें जब कि लाखों आदमियोंको वह बिलकुल ही नसीब नहीं होती और अनाज तथा दालोंकी कमीकी वजहसे अुनके भूखों मरनेका खतरा पैदा हो गया है।

२. हरअेक आदमी, जिसे पानीकी सहूलियत मिल सकती हो, अपने लिअे या आम लोगोंके लिअे कुछ-न-कुछ खानेकी चीज पैदा करे। असका सबसे आसान तरीका यह है कि थोड़ी साफ मिट्टी अिकट्ठी कर ली जाय, जहां मुमकिन हो वहां अुसके साथ थोड़ा सजीव खाद मिला लिया जाय — थोड़ा सूखा गोबर भी अच्छे खादका काम देता है — और अुस मिट्टीके या टीनके गमलेमें डाल दिया जाय। फिर अुनमें साग-भाजीके कुछ बीज जैसे राअी, सरसों, धनिया, मेथी, पालक, बथुआ वगैरा बो दिये जायं और अुन्हें रोज पानी पिलाया जाय। लोगोंको यह देखकर ताज्जुब होगा कि कितनी जल्दी बीज अुगते हैं और खाने लायक पत्तियां देने लगते हैं, जिनको बिना पकाये कच्चा ही सलाद या चटनीकी तरह खाया जा सकता है।

३. फूलोंके तमाम बगीचोंमें खानेकी चीजें अुगाओ जानी चाहियें। अिस बारेमें मैं सुझाना चाहूंगा कि वाअिसरॉय, गवर्नर और दूसरे अूंचे अफसर असकी मिसाल पेश करें। मैं केन्द्रीय और प्रान्तीय सरकारोंके खेती-विभागोंके मुख्य अधिकारियोंसे कहूंगा कि वे प्रान्तीय भाषाओंमें अनगिनत पर्चे छपवाकर बांटें और साधारण आदमियोंको समझायें कि कौन-कौनसी चीजें आसानीसे पैदा की जा सकती हैं।

४. सिर्फ आम लोग ही अपनी खुराकको न घटावें, बल्कि फौजवालोंको भी चाहिये कि वे ज्यादा नहीं तो आम लोगोंके बराबर अपनी खुराकमें कमी करें। सेनाके आदमी सैनिक अनुशासनमें होनेके कारण आसानीसे किफायत कर सकते हैं, अिसलिअे मैंने सेनासे ज्यादा कमी करनेकी बात कही है।

५. तिलहनकी और तेल व खलीकी निकासी अगर बन्द न की गअी हो तो फौरन बन्द कर दी जानी चाहिये। यदि तिलहनमें से मिट्टी और कचरा वगैरा अलग कर दिया जाय, तो खली मनुष्यके लिअे अच्छी खुराक बन सकती है। अुसमें काफी पोषक तत्त्व होते हैं।

६. जहां मुमकिन और जरूरी हो, सिंचाअीके लिअे और पीनेके पानीके लिअे सरकारको गहरे कुअें खुदवाने चाहिये।

७. अगर सरकारी नौकरों और आम जनताकी तरफसे सच्चा सहयोग मिले, तो मुझे अिसमें जरा भी शक नहीं कि देश अिस संकटसे पार हो जायेगा। जिस तरह घबरा जाने पर हार निश्चित हो जाती है, अुसी तरह जहां व्यापक संकट आनेवाला हो वहां फौरन कार्रवाअी न की जाय तो धोखा हुअे बिना नहीं रहता। हम अिस मुसीबतके कारणों पर विचार न करें। कारण कुछ भी हों, सचाअी यह है कि अगर सरकार और जनताने संकटका धीरज और हिम्मतसे सामना नहीं किया तो बरबादी निश्चित है।

८. सबसे जरूरी चीज यह है कि चोरबाजारीका और बेअीमानी व मुनाफाखोरीका तो बिलकुल खातमा ही हो जाना चाहिये; और जहां तक आजके अिस संकटका सवाल है, सब दलोंके बीच सहयोग होना चाहिये।

हरिजनसेवक, २४–२–'४६; पृ० २२–२३

७

खेतीमें सहकारी प्रयत्न

दो दिन पहले श्री केलप्पन-मुझसे मिलने आये थे। अुन्होंने कहा कि केरलमें सहकारी आन्दोलन खूब फैल रहा है और मजबूत बन रहा है। अगर सहकारी समितियां पक्की बुनियाद पर काम कर रही हों, तो सचमुच श्री केलप्पनके ये समाचार मनको प्रसन्न बनानेवाले हैं। फिर भी मैंने अिस बारेमें अपना शक जाहिर किया है। सहकारी आन्दोलनकी सफलताके लिअे यह ज़रूरी है कि अुसके मेम्बर बहुत औमानदार हों, वे सहकारिताके बड़े लाभको समझते हों और अुनके सामने अेक निश्चित ध्येय हो। अिसलिअे सिर्फ सहकारी पद्धतिसे थोड़ा रुपया अिकट्ठा करके और शेयरों पर मनमाना ब्याज लेकर रुपया कमानेकी गरजसे काम करनेका ध्येय बुरा होगा। लेकिन सहकारी पद्धतिसे खेती करना या डेरी चलाना सचमुच अेक अच्छा ध्येय है। अिससे देशको लाभ होगा। अैसी मिसालें और भी दी जा सकती हैं। मैं नहीं जानता कि केरलकी ये सब समितियां किस प्रकारकी हैं और क्या काम करती हैं। क्या अुनके पास औमानदार अिन्स्पेक्टर हैं, जो अपना काम अच्छी तरह समझते हों? जहां प्रबन्ध करनेवाले औमानदार नहीं रहे और ध्येय भी स्पष्ट नहीं रहा, वहां अिस तरहके आन्दोलनसे अकसर नुकसान ही पहुंचा है।

हरिजनसेवक, ६-१०-'४६; पृ० ३३५

प्र०—पूर्वी बंगाल (नोआखाली) में आपने किसानोंको सह-कारितासे, मिल-जुलकर, अपने खेतोंमें काम करनेकी सलाह दी है। क्या वे अपने खेतोंको अेक साथ मिला लें और अपने अपने खेतोंके रकबेके हिसाबसे फसल आपसमें बांट लें? क्या आप हमें अिस

कल्पनाकी स्पष्ट रूपरेखा देंगे कि अुन्हें ठीक किस तरह सहकारी पद्धतिसे काम करना चाहिये?

अु० — यह अच्छा सवाल है और अिसका अुत्तर सादा और स्पष्ट होना चाहिये। सहकारितासे, मिल-जुलकर काम करनेसे, मेरा मतलब है कि सब जमीन-मालिक मिल-जुलकर जमीन पर अधिकार रखें और जोतने-बोने, फसल काटने वगैराका काम भी मिल-जुलकर ही करें। अिससे काम, पूंजी, औजारों वगैराकी बचत होगी। जमीन-मालिक मिल-जुलकर खेतोंमें काम करेंगे और पूंजी, औजार, जानवरों और बीज पर भी अुनका मिला-जुला ही अधिकार होगा। मेरी कल्पनाकी सहकारी खेती जमीनकी शकल ही बदल देगी और लोगोंकी गरीबी तथा आलसीपनको भगा देगी। यह सब तभी संभव होगा जब लोग अेक-दूसरेके मित्र बन जायेंगे और अेक कुनबेके सदस्योंकी तरह रहने लगेंगे। जब यह सुखकी घड़ी आयेगी तब साम्प्रदायिक सवालका घिनौना नासूर हमेशाके लिअे मिट जायगा।

हरिजनसेवक, ९–३–'४७; पृ० ४७

प्र० — कुछ स्त्रियोंको, जो अपनी रोजीका कुछ हिस्सा चटाअियां बुनकर क़माती हैं, आपने पिछले दिनों सहकारिता (अेकसाथ मिलकर काम करने और नफेमें कामके अनुसार हिस्सा लेने) के सिद्धान्तोंके अनुसार काम करनेकी सलाह दी थी। जमीनके बहुत ज्यादा टुकड़े करके बंगालकी खेतीको आर्थिक दृष्टिसे नुकसानदेह बना दिया गया है। क्या आप किसानोंको भी सहकारिताके तरीके अपनानेकी सलाह देंगे?

अगर अैसा हो तो जमीनकी मालिकीकी मौजूदा पद्धतिमें वे अुन सिद्धान्तोंको कैसे काममें ला सकते हैं? क्या सरकारको कानूनमें जरूरी फेरबदल करना चाहिये? अगर सरकार तैयार न हो और चाहते हों, तो वे अपने संगठनोंके द्वारा अिस ध्येयको प्राप्त लिअे कैसे काम करें?

बु० — (सवालके पहले हिस्सेका अुत्तर देते हुअे गांधीजीने कहा कि) मुझे अिसमें कोअी शका नही कि सहकारिताकी पद्धति चटाअी बुननेवालोंके बनिस्बत किसानोंके लिअे बहुत ज्यादा जरूरी है। जैसा कि मैं मानता हू, जमीन सरकारकी है। अिसलिअे जब अुसे सहकारिताकी बुनियाद पर जोता जायगा, तब अुससे ज्यादासे ज्यादा आमदनी होगी।

याद रखना चाहिये कि सहकारिता पूरी तरह अहिंसाकी बुनियाद पर खड़ी हो। हिंसक सहकारिताकी सफलता जैसी कोअी चीज है ही नहीं। हिटलर हिंसक सहकारिताका जबरदस्त प्रमाण था। वह भी सहकारिताकी निरर्थक बातें किया करता था। अुसने सहकारिताको जबरन् लोगो पर लादा था। और हर कोअी जानता है कि अुसके परिणामस्वरूप जर्मनीको कहा ले जाया गया।

गांधीजीने अतमें कहा, अगर हिन्दुस्तान भी हिंसाके जरिये सहकारिताकी बुनियाद पर नये समाजको खडा करनेका प्रयत्न करेगा तो बड़े दुःखकी बात होगी। जबरदस्तीसे जो अच्छाअी पैदा की जाती है वह मनुष्यके व्यक्तित्वको नष्ट कर देती है। जब कोअी परिवर्तन अहिंसक असहयोगकी मनको बदल देनेवाली शक्तिसे — यानी प्रेमसे — किया जाता है, तभी व्यक्तित्वकी बुनियाद सुरक्षित रहती है और दुनियाके लिअे सच्ची और स्थायी प्रगति निश्चित बन सकती है।

हरिजनसेवक, ९–३–'४७; पृ० ४६

८

सामूहिक पशु-पालन

हरअेक किसान अपने घरमें गाय-बैल रखकर अुनका पालन भलीभांति और शास्त्रीय पद्धतिसे नहीं कर सकता। गोवंशके ह्रासके दूसरे अनेक कारणोंमें व्यक्तिगत गोपालन भी अेक कारण रहा है। यह बोझ वैयक्तिक किसानकी शक्तिके बिलकुल बाहर है।

मैं तो यहां तक कहता हूं कि आज संसार हरअेक काममें सामुदायिक रूपसे शक्तिका संगठन करनेकी ओर जा रहा है। जिस संगठनका नाम सहयोग है। बहुतसी बातें आजकल सहयोगसे हो रही हैं। हमारे मुल्कमें भी सहयोग आया तो है, लेकिन वह अैसे विकृत रूपमें आया है कि अुसका सही लाभ हिन्दुस्तानके गरीबोंको बिलकुल नहीं मिला।

हमारी आबादी बढ़ती जा रही है और अुसके साथ व्यक्तिगत रूपसे किसानकी जमीन कम होती जा रही है। नतीजा यह हुआ है कि प्रत्येक किसानके पास ज़ितनी चाहिये अुतनी जमीन नहीं रही है। जो जमीन है वह अुसकी अड़चनोंको बढ़ानेवाली है।

अैसा किसान अपने घरमें या खेत पर निजके गाय-बैल नहीं रख सकता। रखता है तो वह अपने हाथों अपनी बरबादीको न्योता देता है। आज अुसकी यही हालत है। धर्म, दया या नीतिकी परवाह न करनेवाला अर्थशास्त्र तो पुकार-पुकार कर कहता है कि आज हिन्दुस्तानमें लाखों पशु मनुष्यको खा रहे हैं। क्योंकि वे अुसे कुछ लाभ नहीं पहुंचाते, फिर भी अुन्हें खिलाना तो पड़ता ही है। अिस-[illegible] अुन्हें मार डालना चाहिये। लेकिन धर्म कहो, नीति कहो या [illegible], ये हमें अिन निकम्मे पशुओंको मारनेसे रोकते हैं।

अिस हालतमें क्या किया जाय? यही कि जितना प्रयत्न पशुओंको जिन्दा रखने और अुन्हें बोझ न बनने देनेका हो सकता है अुतना किया जाय। अिस प्रयत्नमें सहयोगका अपना बड़ा महत्त्व है।

सहयोग यानी सामुदायिक पद्धति द्वारा पशु-पालन करनेसे :

१. जगह बचेगी। किसानको अपने घरमें पशु नहीं रखने पड़ेंगे। आज तो जिस घरमें किसान रहता है, अुसीमें अुसके सारे मवेशी भी रहते हैं। जिससे आसपासकी हवा बिगड़ती है और घरमें गन्दगी रहती है। मनुष्य पशुके साथ अेक ही घरमें रहनेके लिअे पैदा नहीं हुआ है। अैसा करनेमें न तो दया है, न ज्ञान है।

२. पशुओंकी वृद्धि होने पर अेक घरमें रहना असम्भव हो जाता है। जिसलिअे किसान बछड़ेको बेच डालता है, और भैंसे या पाड़ेको मार डालता है, या मरनेके लिअे छोड़ देता है। यह अधमता है।

३. जब पशु बीमार हो जाता है तब व्यक्तिगत रूपसे किसान अुसका शास्त्रीय अिलाज नहीं करवा सकता। सहयोगसे यह अिलाज सुलभ होता है।

४. प्रत्येक किसान साँड़ नहीं रख सकता। लेकिन सहयोगके आधार पर बहुतसे पशुओंके लिअे अेक अच्छा साँड़ रखना सहल है।

५. व्यक्तिशः किसान गोचर-भूमि तो ठीक, पशुओंके लिअे व्यायाम यानी हिरने-फिरनेकी भूमि भी नहीं छोड़ सकता। किन्तु सहयोग द्वारा ये दोनों सुविधायें आसानीसे मिल सकती हैं।

६. व्यक्तिश: किसानको घास जित्यादि पर बहुत खर्च करना होगा। सहयोग द्वारा कम खर्चमें काम चल जायगा।

७. व्यक्तिशः किसान अपना दूध आसानीसे नहीं बेच सकता। सहयोग द्वारा अुसे दाम भी अच्छे मिलेंगे और वह दूधमें पानी वगैरा मिलानेसे भी बच सकेगा।

८. व्यक्तिशः किसानके पशुओंकी परीक्षा असम्भव है। किन्तु गाँवभरके पशुओंकी परीक्षा आसान है, और अुनके नसल-सुधारका अुपाय भी आसान है।

९

पशुओंकी सार-संभाल

हमारे ढोरोंकी दुर्दशाके लिअे अपनी गरीबीका राग भी हम नहीं अलाप सकते। यह हमारी निर्दय लापरवाहीके सिवा और किसी भी बातकी सूचक नहीं है। हालांकि हमारे पिंजरापोल हमारी दयावृत्ति पर खड़ी हुअी संस्थायें हैं, तो भी वे अुस वृत्तिका अत्यन्त भद्दा अमल करनेवाली संस्थायें ही हैं। वे आदर्श गोशालाओं या डेरियों और समृद्ध राष्ट्रीय संस्थाओंके रूपमें चलनेके बजाय केवल लूले-लंगड़े ढोर रखनेके धर्मादा खाते बन गये हैं। . . . गोरक्षाके धर्मका दावा करते हुअे भी हमने गाय और अुसकी सन्तानको गुलाम बनाया है और हम खुद भी गुलाम बन गये हैं।

यंग अिंडिया, ६–१०–'२१; पृ० ३१८

गोरक्षा-मंडलोंको ढोरोंके खान-पानकी ओर, अुन पर होनेवाली निर्दयताको रोकनेकी ओर, गोचर-भूमिके दिनोंदिन होनेवाले नाशको रोकनेकी ओर, पशुओंकी नसल सुधारनेकी ओर, गरीब ग्वालोंसे अुन्हें खरीद लेनेकी ओर तथा मौजूदा पिंजरापोलोंको दूधकी आदर्श स्वावलम्बी डेरियां बनानेकी ओर ध्यान देना चाहिये।

यंग अिंडिया, २९–५–'२४; पृ० १८१

गोमाता जन्म देनेवाली मांसे कहीं बढ़कर है। मां तो साल दो साल दूध पिलाकर हमसे फिर जीवनभर सेवाकी आशा रखती है, पर गोमाताको तो दाने और घासके सिवा अन्य किसी सेवाकी आवश्यकता ही नहीं होती। मांकी तो हमें अुसकी बीमारीमें सेवा करनी पड़ती है। परन्तु गोमाता केवल जीवन-पर्यन्त ही हमारी अटूट सेवा नहीं करती; अुसके मरनेके बाद भी हम अुसके मांस, चर्म,

हड्डी, सींग आदिसे अनेक लाभ अुठाते हैं। यह सब मैं जन्मदात्री माताका दरजा कम करनेके लिअे नहीं कहता, वल्कि यह दिखानेके लिअे कहता हूं कि गोमाता हमारे लिअे कितनी पूज्य है।

हरिजनसेवक, २१–९–'४०; पृ० २६६

अब सवाल यह अुठता है कि जब गाय अपने पालन-पोषणके खर्चसे भी कम दूध देने लगती है या दूसरी तरहसे नुकसान पहुंचानेवाला बोझ बन जाती है, तब बिना मारे अुसे कैसे बचाया जा सकता है? अिस सवालका जवाब थोड़ेमें अिस तरह दिया जा सकता है:

१. हिन्दू गाय और अुसकी सन्तानकी तरफ अपना फर्ज पूरा करके अुसे बचा सकते हैं। अगर वे अैसा करें तो हमारे जानवर हिन्दुस्तान और दुनियाके गौरव बन सकते हैं। आज अिससे बिलकुल अुलटा हो रहा है।

२. जानवरोंके पालन-पोषणका विज्ञान सीखकर गायकी रक्षा की जा सकती है। आज तो अिस काममें पूरी अन्धाधुन्धी चलती है।

३. हिन्दुस्तानमें आज जिस बेरहम तरीकेसे बैलोंको बधिया बनाया जाता है, अुसकी जगह पश्चिमके हमदर्दीभरे और नरम तरीके काममें लाकर अुन्हें कष्टसे बचाया जा सकता है।

४. हिन्दुस्तानके सारे पिंजरापोलोंका पूरा-पूरा सुधार किया जाना चाहिये। आज तो हर जगह पिंजरापोलका अिन्तजाम अैसे लोग करते हैं, जिनके पास न कोअी योजना होती है और न वे अपने कामकी जानकारी ही रखते हैं।

५. जब ये महत्त्वके काम कर लिये जायंगे, तो मुसलमान खुद दूसरे किसी कारणसे नहीं तो अपने हिन्दू भाअियोंके खातिर ही मांस या दूसरे मतलबके लिअे गायको न मारनेकी जरूरतको समझ लेंगे।

पाठक यह देखेंगे कि अूपर बताअी हुअी जरूरतोंके पीछे अेक खास चीज है। वह है अहिंसा जिसे दूसरे शब्दोंमें प्राणीमात्र पर दया कहा जाता है। अगर अिस सबसे बड़े महत्त्वकी बातको समझ लिया

जाय, तो दूसरी सब बातें आसान बन जाती है। जहा अहिंसा है वहा अपार धीरज, भीतरी शान्ति, भले-बुरेका ज्ञान, आत्मत्याग और सच्ची जानकारी भी है। गोरक्षा कोओ आसान काम नही है। अुसके नाम पर देशमें बहुत पैसा बरबाद किया जाता है। फिर भी अहिंसाके न होनेसे हिन्दू गायके रक्षक बननेके बजाय अुसके नाश करनेवाले बन गये हैं। गोरक्षाका काम हिन्दुस्तानसे विदेशी हुकूमतको हटानेके कामसे भी ज्यादा कठिन है।

(नोट: कहा जाता है कि हिन्दुस्तानकी गाय रोजाना लगभग २ पौण्ड दूध देती है, जब कि न्यूज़ीलैण्डकी गाय १४ पौण्ड, अिग्लैण्डकी गाय १५ पौण्ड और हॉलैण्डकी गाय रोजाना २० पौण्ड दूध देती है। जैसे-जैसे दूधकी पैदावार बढती है, वैसे-वैसे तन्दुरस्तीके आकड़े भी बढ़ते है।)

हरिजनसेवक, ३१-८-'४७, पृ० २५२

भैंसका दूध

मुझे यह देखकर आश्चर्य होता है कि हम भैंसके दूध-घीका कितना पक्षपात करते हैं। असलमें हम निकटका स्वार्थ देखते हैं, दूरके लाभका विचार नही करते। नही तो यह साफ है कि अन्तमें गाय ही ज्यादा अुपयोगी है। गायके घी और मक्खनमें अेक खास तरहका पीला रग होता है, जिसमें भैंसके मक्खनसे कही अधिक केरोटीन यानी विटामिन 'अे' रहता है। अुसमें अेक खास तरहका स्वाद भी होता है। मुझसे मिलने आनेवाले विदेशी यात्री सेवाग्राममें गायका शुद्ध दूध पीकर खुश हो जाते हैं। और यूरोपमें तो भैंसके घी और मक्खनके बारेमें कोओ जानता ही नहीं। हिन्दुस्तान ही अैसा देश है, जहा भैंसका घी-दूध अितना पसन्द किया जाता है। अिससे गायकी बरबादी हुओ है। अिसीलिअे मैं कहता हू कि हम सिर्फ गाय पर ही जोर न देंगे तो गाय नही बच सकेगी।

हरिजनसेवक, २२-२-'४२; पृ० ५४

१०

खेतोंकी बेकार चीजोंका अुपयोग

[मिश्र खाद — कम्पोस्ट — का यथासंभव बड़े पैमाने पर विकास करनेके प्रश्न पर विचार करनेके लिअे नअी दिल्लीमें दिसम्बर, १९४७ में अेक अखिल भारतीय मिश्र खाद सम्मेलनका आयोजन किया गया था। डॉ० राजेन्द्रप्रसाद अुसके सभापति थे। अुसमें शहरों और देहातोंसे सम्बन्ध रखनेवाली योजना पर कुछ महत्त्वके प्रस्ताव पास किये गये थे। प्रस्तावोंमें "शहरोंके गन्दे पानी, कूड़े-कचरे और कीचड़का खेतीमें अुपयोग करने पर, कसाअी खानेकी सह-अुपजका तथा दूसरे धन्धोंकी बची हुअी निकम्मी चीजोंका (अुदाहरणके लिअे, अून-अुद्योगकी बेकार चीजें, मिल-अुद्योगकी बेकार चीजें, चमड़ा-अुद्योगकी बेकार चीजें) अुपयोग करने पर और पानीमें अुगनेवाले निकम्मे पौधोंका, गन्ना पेरनेके बाद बचे हुअे छिलकोंका, कारखानोंसे निकले हुअे गन्दे पानीका, जंगलोंकी पत्तियों वगैराका मिश्र खादके लिअे अुपयोग करने पर" जोर दिया गया था। अिन प्रस्तावोंका जिक्र करते हुअे गांधीजीने लिखा था :]

यदि ये प्रस्ताव सिर्फ कागज पर ही न रह जायें, तो ये अच्छे और अुपयोगी हैं। खास बात यह है कि सारे भारतमें अिन प्रस्तावों पर अमल होगा या नहीं। अिन्हें कार्यका रूप देनेमें अेक नहीं अनेकों मीराबहनोंकी शक्ति खप सकती है। भारतकी जनता अिस प्रयत्नमें खुशीसे सहयोग दे तो यह देश न सिर्फ अनाजकी कमीको पूरा कर सकता है, बल्कि हमें जितना चाहिये अुससे कहीं ज्यादा अनाज पैदा कर सकता है। यह सजीव खाद जमीनके अुपजाअूपनको हमेशा बढ़ाता ही है, कभी कम नहीं करता। हर दिन जो कूड़ा-कचरा अिकट्ठा होता है अुसे ठीक ढंगसे गड्ढोंमें अिकट्ठा किया जाय, तो अुसका सुनहला खाद बन जाता है; और तब अुसे खेतकी जमीनमें

मिला दिया जाय तो अुनसे अनाजकी अुपज कभी गुनी बढ़ जाती है और फलतः हमें करोड़ों रुपयोंकी बचत होती है। अिसके सिवा, कूड़े-कचरेका अिस तरह खाद बनानेके लिअे अुपयोग कर लिया जाय, तो आसपासकी जगह साफ रहती है। और स्वच्छता अेक सद्गुण होनेके साथ-साथ स्वास्थ्यकी पोषक भी है।

हरिजन, २८-१२-'४७; पृ० ४८४

जानवरों और मनुष्योंके मल-मूत्रको कचरेके साथ मिलाकर सुनहला खाद तैयार किया जा सकता है। यह खाद अपने-आपमें अेक कीमती चीज है। जिस जमीनमें यह खाद दिया जाता है, अुसकी अुत्पादन-शक्तिको यह बढ़ाता है। अिस खादका अुत्पादन भी अेक ग्रामोद्योग ही है। लेकिन दूसरे ग्रामोद्योगोंकी तरह यह अुद्योग भी तब तक स्पष्ट दिखाअी देनेवाले परिणाम नहीं ला सकता, जब तक भारतके करोड़ों लोग अिन अुद्योगोंको पुनर्जीवन देनेके लिअे और अिस तरह भारतको समृद्ध बनानेके लिअे सहयोग न करें।

दिल्ली-डायरी, पृ० २७०-७१; १९४८

११

खादके रूपमें मैला

श्री जी० आअी० फाअुलर नामके अेक लेखकने 'सम्पत्ति तथा दुर्व्यय' (वेल्थ अेण्ड वेस्ट) नामकी अेक अंग्रेजी पुस्तकमें लिखा है कि मनुष्यका मैला अच्छी तरह ठिकाने लगाया जाय, तो प्रत्येक मनुष्यके मैलेसे हर साल २ रु० की आमदनी हो सकती है। अनेक जगहोंमें तो आज सोने जैसा खाद यों ही पड़ा-पड़ा नष्ट हो जाता है और अुलटे अुससे बीमारियां फैलती हैं। अुक्त लेखकने प्रोफेसर वुलटीनीकी 'कूड़े-कचरेका अुपयोग' (दि यूज ऑफ वेस्ट मटीरियल्स) नामक पुस्तक जो अुद्धरण दिया है, अुसमें कहा गया है कि 'दिल्लीमें

२,८२,००० मनुष्योंके मैलेसे जो नाअिट्रोजन पैदा होता है, अुससे कमसे कम दस हजार अेकड़ और अधिकसे अधिक ९५ हजार अेकड़ जमीनको पर्याप्त खाद मिल सकता है।' मगर चूंकि हमने अपने भंगियोंके साथ अच्छी तरह बरताव करना नहीं सीखा है, अिससे प्राचीन कीर्तिवाली दिल्ली नगरीमें भी आज अैसे-अैसे नरक-कुण्ड देखनेमें आते हैं कि हमें अपना सिर शर्मसे नीचा कर लेना पड़ता है। अगर हम सब भंगी बन जायें तो हमें यह मालूम हो जायेगा कि हमें खुद अपने प्रति कैसा बरताव करना चाहिये और यह ज्ञान भी हो जायेगा कि आज जो चीज जहरका काम कर रही है, अुसे हम पेड़-पौधोंके लिअे किस प्रकार अुत्तम खादमें बदल सकते हैं। अगर हम मनुष्यके मलका सदुपयोग करें, तो डॉक्टर फाअुलरके हिसाबके अनुसार भारतकी तीस करोड़ आबादीसे सालमें साठ करोड़ रुपयेका लाभ हो सकता है।

हरिजनसेवक, २२–३–'३५; पृ० ३६

[पंजाबके ग्राम-सुधार सम्बन्धी सरकारी महकमेके कमिश्नर श्री ब्रेन द्वारा खादके खड्डोंके बारेमें प्रकाशित पत्रिकाके कुछ महत्त्वके अंश अुद्धृत करके गांधीजीने लिखा:]

अिसमें जो कुछ लिखा है अुसका समर्थन कोअी भी आदमी कर सकता है। श्री ब्रेनने जैसे खड्डोंके लिअे लिखा है, वैसोंकी ही आम तौर पर सिफारिश की जाती है, यह मैं जानता हूं। मगर मेरी रायमें श्री पूअरेने अेक फुटके छिछले खड्डोंकी जो सिफारिश की है, वह अधिक वैज्ञानिक अेवं लाभप्रद है। अुसमें खुदाअीकी मजदूरी कम होती है और खाद निकालनेकी मजदूरी या तो बिलकुल ही नहीं होती या बहुत थोड़ी होती है। फिर अुस मैलेका खाद भी लगभग अेक सप्ताहमें ही बन जाता है। क्योंकि जमीनकी सतहसे ६ से ९ अिंच तककी गहराअीमें रहनेवाले जंतुओं, हवा और सूर्यकी किरणोंका अुस पर असर होता है, जिससे गहरे खड्डेमें दबाये जानेवाले मैलेके बनिस्बत कहीं अच्छा खाद तैयार हो जाता है।

लेकिन मैला ठिकाने लगानेके तरीके कितने ही तरहके क्यों न हों, याद रखनेकी मुख्य बात तो यह है कि सब मैलेको गड्ढेमें गाड़ा जरूर जाय। जिससे दुहरा लाभ होता है — अेक तो ग्रामवासियोंकी तन्दुरुस्ती ठीक रहती है, दूसरे गड्ढोंमें दबकर बना हुआ खाद खेतोंमें डालनेसे फसलकी वृद्धि होकर अुनकी आर्थिक स्थिति सुधरती है। याद यह रखना चाहिये कि मैलेके अलावा सजीव कचरा अलग गाड़ा जाना चाहिये। यह निःसन्दिग्ध है कि ग्राम-सुधारके काममें सफाअीकी ओर ध्यान देना सबसे पहला कदम है।

हरिजनसेवक, ८–३–'३५; पृ० २०–२१

मैलेके खड्डे

अेक सज्जन पूछते हैं :

"(१) अेक जगह अेक फुट गहरा खड्डा खोदकर अुसमें मैला गाड़ा गया हो, तो अुसी जगह दूसरी बार मैला गाड़नेके पहले कितना समय बीतना चाहिये?

"(२) साधारणतया धान बोनेके बाद तुरन्त ही खेत जोता जाता है। अगर बोनीसे आठेक दिन पहले मैला गाड़ा गया हो, तो जब खेत जोता जायेगा तब क्या वह मैला अूपर न आ जायेगा और जिस तरह हलवाहों और बैलोंके पैरोंको खराब नहीं करेगा?"

(१) ठीक ठीक श्री पूरेकी बतलाअी हुअी रीतिके अनुसार मैला अगर छिछले गड्ढेमें गाड़ा गया हो, तो अधिकसे अधिक पन्द्रह दिनके बाद बीज बोनेमें कोअी अड़चन नहीं आती। अेक साल अुपयोग करनेके बाद अुसी जगह फिर मैला गाड़ा जा सकता है।

(२) मनुष्य या ढोरके पैर खराब होनेका सवाल तो अुठ ही नहीं सकता, क्योंकि जब तक मैला सुगन्धित खादमें परिणत न हो तब तक वहां कुछ भी नहीं बोया जा सकता और न बोना

अैसा खाद वन जानेके वाद तो अुस मिट्टीको हम विना किसी हिचकके खुशीसे हाथमें ले सकते हैं।

हरिजनसेवक, २६–४–'३५; पृ० ८२

मैलेको ठिकाने कैसे लगाया जाय?

[अेक ग्रामसेवकके प्रश्नोंके जवावमें गांधीजीने लिखा :]

वरसातके दिनोंमें भी गांववालोंको अैसी जगहों पर शौचक्रिया करनी चाहिये, जहां मनुष्यके आने-जानेका रास्ता न हो। मैलेको गाड़ जरूर देना चाहिये। पर ग्रामवासियोंको परम्परासे जो गलत शिक्षा मिली है, अुसके कारण यह मैला गाड़नेका प्रश्न सवसे कठिन है। सिंदी गांवमें हम यह प्रयत्न कर रहे हैं कि गांववाले सड़कों पर पाखाना न फिरें, बल्कि पासके खेतोंमें जायं और अपने पाखाने पर सूखी साफ मिट्टी डाल दिया करें। दो महीनेकी लगातार मेहनत और म्युनिसिपैलिटीके सदस्यों तथा दूसरे लोगोंके सहयोगका अितना परिणाम तो हुआ है कि वे साधारणतया सड़कोंको खराव नहीं करते। मगर मिट्टी तो वे अव भी अपने मल-मूत्र पर नहीं डालते, चाहे अुनसे कितना ही कहा जाय। पूछो तो जवाव देंगे, 'यह तो निश्चय ही भंगीका काम है। विष्ठाको देखना ही पाप है; फिर अुस पर मिट्टी डालना तो अुससे भी घोर पाप है।' अुन्हें शिक्षा ही अैसी मिली है। यह विचित्र विश्वास अुसी शिक्षाका फल है। अिसलिअे ग्रामवासियोंके हृदय पर नया संस्कार जमानेके पहले ग्रामसेवकोंको अुनके अिन रूढ़िगत संस्कारोंको पूरी तरह मिटा देना होगा। अगर हमारा अपने कार्यक्रममें दृढ़ विश्वास है, अगर नित्य सवेरे झाड़ू लगाते रहनेका हमारे अन्दर पर्याप्त धैर्य है, और गांववालोंके अिन कुसंस्कारों पर अगर हम चिढ़ते नहीं हैं, तो अुनके ये सव मिथ्या विश्वास अुसी प्रकार नष्ट हो जायंगे, जिस प्रकार [illegible]के प्रकाशसे कुहरा नष्ट हो जाता है। युगोंका यह घोर अज्ञान आपके [illegible] महीनेके पदार्थ-पाठसे दूर नहीं हो सकता।

सिंदी गावमें हम वर्षाका सामना करनेकी भी तैयारी कर रहे हैं। अपनी खेतीकी रखवाली तो किसान करेंगे ही; तब अिस तरह वे लोगोंको अपने खेतोंमें थोडे ही आने देंगे जिस तरह कि आज आने देते हैं। हमने लोगोंके सामने यह तजवीज रखी है कि वे खेतकी हदबन्दीके अन्दर कुछ जमीनको बिलकुल अलग करके अुसमें आड़ लगा ले, और अुस घेरेके भीतर ही टट्टी फिरा करे। चौमासेके अन्तमें जमीनके अिस टुकड़ेमें काफी खाद तैयार हो जायगा। वह वक्त आ रहा है जब खेतवाले खुद ही लोगोंसे अपने खेतोंमें शौचक्रिया करनेके लिअे कहेंगे। अगर डॉ० फाअुलरका कूता हुआ हिसाब हम मान ले, तो अेक खेतमें बिलानागा शौचक्रिया करनेवाला मनुष्य वर्षमें २ रुपयेका खाद अुस खेतको दे देता है। ठीक दो ही रुपयेका खाद हासिल होता है या कुछ कम-ज्यादा, अिसमे सन्देह हो सकता है। पर अिसमें जरा भी सन्देह नहीं कि मल-मूत्रके सचयसे खेतको फायदा तो जरूर होता है।

यह सलाह तो किसीने दी नहीं है कि मैला सीधा ज्योंका त्यों बतौर खादके सभी फसलोंके काममें आ सकता है। तात्पर्य तो यह है कि अेक नियत समयके बाद मैला मिट्टीके साथ सुन्दर खादमें परिणत हो जाता है। मिट्टीमें गाडनेके बाद मैलेको कअी प्रक्रियाओंसे गुजरना पड़ता है, तब कहीं जमीन जुताअी और बुवाअीके लायक होती है। अिसकी अचूक कसौटी यह है : जहा मैला गाड़ा गया हो अुस जमीनको नियत समयके बाद खोदने पर अगर मिट्टीसे कोअी दुर्गन्ध न आती हो और अुसमें मैलेका नाम-निशान तक न हो, तो समझ लेना चाहिये कि अुस जमीनमें अब बीज बोया जा सकता है। मैंने पिछले तीस साल किसी प्रकार मैलेके खादका अुपयोग हर तरहकी फसलके लिअे किया है, और अिससे अधिकसे अधिक लाभ हुआ है।

हरिजनसेवक, १७-५-'३५; पृ० १०४-०५

१२

मिश्र खाद बनानेका तरीका

[अिन्दौरमें 'अिन्स्टिटचूट ऑफ प्लान्ट अिण्डस्ट्री' नामकी अेक वैज्ञानिक संस्था है। जिनकी सेवा करनेके लिअे वह कायम की गअी है, अुनके लिअे वह समय-समय पर पुस्तिकायें निकाला करती है। अिनमें से पहली पुस्तिका खेतकी वेकार समझी जानेवाली चीजोंसे कंपोस्ट (मिश्र खाद) वनानेके तरीकों और अुसके फायदोंका वयान करती है। गोवर और मैला अुठाने, साफ करने या फेंकनेका काम करनेवाले हरिजनों और ग्रामसेवकोंके लिअे वह बहुत अुपयोगी है। अिसलिअे मैं कम्पोस्ट वनानेकी प्रक्रियाके वर्णनके साथ अुसके फुटनोटोंको भी जोड़कर लगभग पूरी पुस्तिकाकी नकल नीचे देता हूं। — मो० क० गांधी]

वहुत लम्वे समयसे यह वात समझ ली गअी है कि हिन्दुस्तानकी मिट्टियोंमें अुचित और व्यवस्थित ढंगसे प्राणिज तत्त्वोंकी कमी पूरी करना या अुन्हें फिरसे पैदा करना खेतीकी पैदावारको वढ़ानेकी किसी भी सफल योजनाका अेक जरूरी हिस्सा है। यह भी अुतनी ही अच्छी तरह समझ लिया गया है कि खलिहानोंमें तैयार किये जानेवाले खादके मौजूदा साधन खादकी जरूरी मात्रा पूरी नहीं कर सकते। अिसके अलावा, यह वात तो है ही कि अिस खादके तैयार होनेमें नाअिट्रोजनका वड़ा हिस्सा वरवाद हो जाता है और अिस खादके ज्यादासे ज्यादा गुणकारी वननेमें वहुत लम्वा समय लग जाता है। हरा खाद शायद अिसकी जगह ले सकता है, लेकिन मौसमी हवाकी अनिश्चितताके कारण हिंदुस्तानके ज्यादातर हिस्सोंमें अुसका मिलना अनिश्चित ही रहता है। हरे खादका मिट्टीमें गलना या सड़ना भी कुछ समयके लिअे पौधोंके भोजनकी कमी [illegible] कुदरती [illegible]में रुकावट डालता है, जो अुष्ण-कटि- [illegible] कायम रखनेमें वड़े महत्त्वका

काम करती है। साफ है कि जमीनको ह्यूमस तैयार करनेके बोझसे मुक्त करके अुसे जैव तत्त्वोंकी कमी पूरी करने और फसलको बढ़ानेके काममें ही लगे रहने देना सबसे अच्छा रास्ता है। जिसका सबसे आसान तरीका यह है कि खेतका काम चालू रखते हुअे खेतीकी सारी बेकार चीजोंका, जिनकी अीधन या ढोरोंके चारेके रूपमें जरूरत नहीं होती, फायदा अुठाकर अुप-पैदावारके रूपमें ह्यूमस तैयार किया जाय।

यहां जिस बात पर जोर देना जरूरी है कि खलिहान या बाड़ोंके खादकी जगह लेनेवाली कोअी भी चीज बनावटमें ह्यूमसके साथ ज्यादासे ज्यादा समानता रखनेवाली होनी चाहिये। यही अिन्दौर-पद्धतिका ध्येय है, जिसे वह सिद्ध करती है। अिस तरह अिन्दौर-पद्धतिका अुद्देश्य अुन तरीकोंके अुद्देश्योंसे बिलकुल अलग है, जो बहुत ज्यादा नाअिट्रोजन-वाला सक्रिय खाद तैयार करते हैं, जिसकी खास अुपयोगिता बनावटी खादों जैसी ही होती है।

अिन्दौरके 'अिन्स्टिटयूट ऑफ प्लान्ट अिण्डस्ट्री' में होनेवाले कामसे, जो श्री अेलबर्ट हॉवर्डके अिस दिशामें किये गये बीस बरसके परिश्रमका नतीजा है, अब निश्चित रूपसे यह सिद्ध कर दिया है कि अिन अुसूलोंको बड़ी आसानीसे अमलमें लाया जा सकता है। कम्पोस्टकी अिन्दौर-पद्धति व्यावहारिक टेकनीक (तरीका) बनाती है और विकासके नये रास्ते खोलती है। खेतों और शहरोंमें कचरा, मैला वगैरा चीजोंके रूपमें जो अपार कुदरती साधन मौजूद हैं, अुनका मिश्र खाद बनाकर खेतोंमें अुपयोग किया जा सकता है और फायदा अुठाया जा सकता है। खलीके निकास व गोबरके अीधनके रूपमें होनेवाले अुपयोग पर हमला किये बिना बहुतसा खाद जिससे मिल सकता है, साथ ही बनावटी खादोंके अिस्तेमालमें किफायत भी की जा सकती है, जो जैव तत्त्वोंकी मददसे ही अच्छेसे अच्छे नतीजे ला सकते हैं।

'युटिलाअिजेशन ऑफ अेग्रिकल्चरल वेस्ट' (हॉवर्ड अेण्ड वाड, ऑक्सफोर्ड युनिवर्सिटी प्रेस, १९३१) नामकी किताबमें अिस पद्धतिसे

सम्बन्ध रखनेवाली समस्याओं और अुसूलोंकी चर्चा की गयी है और अिन्दौर-पद्धति पर विस्तारसे प्रकाश डाला गया है। अिस लेखमें सिर्फ हिन्दुस्तानी किसानोंकी हालतों पर लागू होनेवाले तरीकेकी कामचलाअू रूपरेखा ही थोड़ेमें दी गयी है।

हिन्दुस्तानकी सिंचाअीकी फसलोंके लिअे खलिहानका खाद बहुत कीमती माना गया है। लेकिन बिना सिंचाअीवाली फसलोंके खेतोंमें भी समय-समय पर थोड़ा खाद देते रहना अुतना ही जरूरी है। कम्पोस्ट बनानेकी अिन्दौर-पद्धति जल्दी ही बड़ी मात्रामें ज्यादा अच्छा खाद तैयार करती है। अिसके अलावा, यह खाद देने पर तुरन्त फसलको सक्रिय रूपसे फायदा पहुंचाता है, जब कि खलिहानका खाद हमेशा अैसा नहीं करता। अगर सही ढंगसे तैयार किया जाय तो अिन्दौर-पद्धतिका मिश्र खाद तीन महीने बाद काममें लिया जा सकता है और तब वह गहरे भूरे या कॉफीके रंगका बिखरा (amorphous) पदार्थ बन जाता है, जिसमें २०% के करीब कुछ अंशोंमें गला हुआ छोटी डलियोंवाला हिस्सा होता है, जिसका अंगुलियोंसे दबाकर तुरन्त भूसा किया जा सकता है। बाकीका हिस्सा गीला होने पर (और अिसलिअे अुसके बिखरे कण फूले हुअे होते हैं) अितना बारीक होता है कि वह अेक अिंचमें छह छेदवाली छलनीसे छन जाता है। अिस खादमें नाअिट्रोजनकी मात्रा, अिस्तेमाल किये हुअे कचरे वगैराके गुणके मुताबिक, .८ से लेकर १.० फी सदी या अिससे ज्यादा होती है। १०० या १२५ गाड़ी खेतमें मिलनेवाले सब तरहके कचरे और गोठानमें मिलनेवाली पेशाब जज्ब की हुअी आधी मिट्टीके साथ अेक-चौथाअी भाग ताजा गोबर मिलानेसे दो बलोंके पीछे हर साल करीब ५० गाड़ी मिश्र खाद तैयार हो सकता है। आधी बची हुअी पेशाबवाली मिट्टीका भी बड़ा अच्छा खाद होता है वह सीधा खेतोंमें डाला जा सकता है। अगर अिससे ज्यादा कचरा सके, तो सारे गोबर और पेशाबवाली मिट्टीसे करीब १५० गाड़ी खाद बनाया जा सकता है। अिन्दौरमें अेक गाड़ी मिश्र खाद

बनानेका खर्च साढ़े आठ आने आता है। यहां ८ घंटे काम करनेके लिअे हर मर्दको ७ आने रोज और हर औरतको ५ आने रोज मजदूरी दी जाती है।

१. अिन्दौर-पद्धतिकी रूपरेखा

दूसरी तरहसे बेकार जानेवाली खेतीकी चीजों, कचरे वगैराके साथ ताजा गोबर, लकड़ीकी राख और पेशाबवाली मिट्टीके मिश्रणको खड्डोंमें जल्दी सड़ाना ही अिस तरीकेका खास काम है। खड्डोंकी गहराअी २ फुटसे ज्यादा नहीं होनी चाहिये। वे १४ फुट चौड़े होने चाहिये। अुनकी मामूली लम्बाअी ३० फुट होनी चाहिये। खड्डोंका यह नाप बड़े पैमाने और छोटे पैमाने दोनों तरहके कामके लिअे ठीक रहेगा। अुदाहरणके लिअे, खड्डेका ३ फुट लम्बा हिस्सा दो जोड़ी बैलोंके नीचे बिछाये हुअे बिछौनेसे ६ दिनमें भर सकता है। अिसके बाद ३ फुटका पासका हिस्सा भरा जाँय। आगे चलकर हरअेक हिस्सेको स्वतंत्र अिकाअी समझा जाय। खड्डेमें डाली हुअी चीजों पर पानीका अेकमा छिड़काव किया जाता है, जिसमें थोड़ा गोबर, लकड़ीकी राख, पेशाबवाली मिट्टी और सक्रिय खड्डेमें से निकाला हुआ कुकुरमुत्ता (fungus) वाला खाद मिला रहता है। सक्रिय रूपसे सड़नेवाला कम्पोस्ट जल्दी ही कुकुरमुत्ता अुगनेसे सफेद हो जाता है। बादमें यह नये खड्डोंके कचरे, गोबर वगैराको तेजीसे सड़ानेके काममें लिया जाता है। पहले-पहल जब कुकुरमुत्तावाला खाद नहीं मिलता, तो ढोरोंके बिछौनेके साथ थोड़ी हरी पत्तियां बिछाकर कुकुरमुत्ता अुगानेमें मदद ली जाती है। खड्डेकी चीजोंको गलानेका काम शुरू करनेवाले पदार्थ (starter) में पूरी सक्रियता ३-४ बार अैसी क्रिया हो चुकनेके बाद आती है। खड्डेकी सतह पर पानी छिड़कने और भीतरकी चीजोंको पलटते रहनेमें नमी और हवाको नियमित रखकर अिसकी सक्रियता कायम रखी जाती है। जिसमें दूसरी बार स्टार्टरकी थोड़ी मात्रा जोड़ी जाती है, जो अिन वक्त ३० दिनसे ज्यादा पुराने खड्डेसे लिया जाता है। सारा ढेर जल्दी ही

बहुत गरम हो जाता है और लम्बे समय तक वैसा बना रहता है। व्यवस्थित ढंगसे सब काम किया जाय, तो बड़ा अच्छा मिश्रण तैयार होता है और असे काफी हवा भी मिलती रहती है। पानीका साधारण छिड़काव अेकदम चीजोंको गलाना शुरू कर देता है, जो आखिर तक लगातार चालू रहता है। और अन्तमें बिलकुल अेकसा अुम्दा खाद बन जाता है।

२. खड्डे बनाना

गोठानके पास और संभव हो तो पानीके किसी साधनके पास अच्छी तरह सूखा हुआ जमीनका हिस्सा चुन लीजिये। ३० फुट × १४ फुट × २ फुटका खड्डा बनानेके लिअे अेक फुट मिट्टी खोदकर किनारों पर फैला दीजिये; अैसे खड्डे दो-दोकी जोड़ीमें खोदे जायं। अुनकी लम्बाअी पूर्वसे पश्चिमकी ओर रहे। अेक जोड़के दो खड्डोंके बीच ६ फुटकी दूरी रहे और अैसी हर जोड़ी अेक-दूसरेसे १२ फुट दूर रहे। तैयार कम्पोस्टके ढेर और बारिशमें लगाये जानेवाले ढेर अिन चौड़ी जगहों पर किये जाते हैं, जो हरअेक ढेरसे सीधे गाड़ीमें खाद भर कर ले जानेके लिअे भी अुपयोगी होती हैं।

३. मिट्टी और पेशाब

ढोरोंकी पेशाबमें कीमती खादके तत्त्व होते हैं। खलिहानका खाद बनानेके मामूली तरीकेमें वह ज्यादातर बरबाद ही होती है। गोठानमें पक्का फर्श बनाना खर्चीला होता है और बैलोंके लिअे अच्छा नहीं होता। ढोरोंके अुठने-बैठने और सोनेके लिअे खुली मिट्टीका मुलायम, गरम और सूखा बिछौना सस्तेमें बनाया जा सकता है। मिट्टीकी ६ अिंचकी परत गन्दगी फैलाये बिना ढोरोंकी सारी पेशाब जज्ब करनेके लिअे काफी होगी, बशर्ते कि ज्यादा गीले हिस्से रोज साफ कर दिये जायं, अुनमें थोड़ी नयी मिट्टी डाल दी जाय और मिट्टी पर थोड़ा न खाया हुआ घास बिछा दिया जाय। हर चार महीनेमें यह पेशाबवाली मिट्टी

हटा दी जाय और अुसकी जगह नयी मिट्टी डाली जाय। अुसका ज्यादा अच्छा हिस्सा कम्पोस्ट बनानेके लिये रख छोड़ा जाय और ज्यादा बड़े ढेले सीधे खेतोंमें डाल दिये जाय। यह बड़ी जल्दी काम करनेवाला खाद होता है, जो खास तौर पर सिंचाअीकी फसलको अूपरसे दिया जाता है।

हरिजन, १७-८-'३५; पृ० २१३-१५

४. गोबर और राख

रोज मिल सकनेवाले गोबरका सिर्फ अेक-चौथाअी हिस्सा ही जरूरी है; यह पानीमें मिलाकर प्रवाही रूपमें छिड़का जाता है। जरूरत हो तो बचे हुअे गोबरको अीधनकी तरह काममें लिया जा सकता है। रसोअीघर और दूसरी जगहोंसे लकड़ीकी राख सावधानीसे अिकट्ठी करनी चाहिये और किसी ढकी हुअी जगह पर अुसका संग्रह करना चाहिये।

५. खेतका कचरा

हर तरहके पौधोंके कचरेसे, जिसकी खेतमें दूसरी तरहसे जरूरत न हो, कम्पोस्ट बनाया जा सकता है। अिस कचरेमें ये सब चीजें आ सकती हैं: घासपात, कपास, मटर और तिलके डंठल, टेसूके पत्ते, अलसी, सरसों, काले और हरे चनोंके डंठल, गन्नेका कूचा और छिलका, जुआर और गन्नेकी जड़ें, पेड़ोंके गिरे हुअे पत्ते और घास-चारे, कडबी वगैराके न खाये हुअे हिस्से। कड़ी चीजोंको कुचलना होगा। सिंधमें कच्ची और मुलायम सड़कों पर भी यह काम कामयाबीके साथ किया गया है। वहां गाड़ीके रास्ते पर अैसी चीजें फैला दी जाती हैं और कुचले हुअे हिस्सोंको समय-समय पर अुठाकर अुनकी जगह दूसरी कड़ी चीजें फैला दी जाती हैं। ठूठ और जड़ों जैसे बहुत कड़े हिस्सोंको (कुचलनेके अलावा) कमसे कम दो दिन तक पानीमें भिगोने या दो-तीन माह तक गीली मिट्टी या कीचड़के नीचे गाड़नेकी जरूरत रहेगी। अिसके बाद ही वे

अच्छी तरह काममें लिये जा सकते हैं। कीचड़के नीचे गाड़नेका काम बारिशमें आसानीसे किया जा सकता है। हरी चीजें कुछ हद तक सुखा ली जायं और फिर अुनकी गंजी लगाअी जाय। थोड़ी-थोड़ी अलग-अलग चीजोंकी अेकसाथ गंजी लगायी जाय और बड़ी मात्राकी हरअेक चीजके लिअे अलग गंजी बनायी जाय। अिन चीजोंको कम्पोस्टके खड्डेमें ले जाते समय अिस बातका ध्यान रखना चाहिये कि सब तरहकी चीजोंका मिश्रण किया जाय; खड्डेमें डालनेके लिअे अुठाअी जानेवाली सारी चीजोंकी कुल मात्राके अेक-तिहाअीसे ज्यादा कोअी चीज खड्डेमें नहीं डालनी चाहिये। पानीमें भिगोअी या मुलायम बनायी हुअी सख्त जड़ें, डंठल वगैरा अेक बारमें बहुत थोड़ी मात्रामें ही काममें लिये जाने चाहिये। अगर मामूली तौर पर मिल सकनेवाली अलग-अलग चीजोंको अैसी मात्राओंमें अिकट्ठा और अिस्तेमाल किया जाय कि सालभर तक वे मिलती रहें, तो यह सब अपने-आप हो जाता है। सन या अिसी तरहकी दूसरी खरीफकी फसलके अुपयोगसे कम्पोस्टको और ज्यादा गुणकारी बनाया जा सकता है। अिसे हरी ही काटना चाहिये और सूखने पर ढेर लगाना चाहिये। अिससे रबीकी फसल बोनेके समय जमीन साफ मिलेगी और सन बोनेसे अिस फसलको फायदा पहुंचेगा।

६. पानी

अगर कम्पोस्ट तैयार करनेकी जमीनके पास अेक छोटा खड्डा या हौज बनाकर अुसमें नहाने-धोनेका गन्दा पानी अिकट्ठा किया जाय और रोज काममें लिया जाय, तो मेहनत बचेगी और फायदा भी होगा। लम्बे समय तक अेक जगह पड़ा रहनेवाला कोअी भी पानी नुकसानदेह होगा। अिससे ज्यादा पानीकी जरूरत हो, तो दूसरी तरहसे अुसका प्रबन्ध करना चाहिये। मौसमके मुताबिक अेक गाड़ी कम्पोस्ट तैयार करनेके लिअे चार गैलनके ५० से ६० तक पानीसे भरे पीपोंकी जरूरत होती है।

७. प्रक्रियाकी तफसील

खड्डोंका भरना : ४ फुट लम्बा और ३ फुट चौड़ा अेक पाल या टाटके टुकड़ेका स्ट्रेचर (जिसके लम्बे किनारे ७॥ फुट लम्बे दो बांसोंमें फंसे हों) लीजिये। गोठानके फर्श पर, जहां ढोर अुठते-बैठते और सोते हैं, रोज अेक बैलके लिअे अेक पाल और अेक भैंसके लिअे डेढ पालके हिसाबसे खेतका कचरा फैला दीजिये। अिस कचरे पर ढोरोंका पेशाब गिरता और जज्ब होता है; साथ ही ढोर अुसे कुचलकर मिला देते हैं। बारिशमें यह बिछौना सूखे कचरेकी दो परतोंके बीचमें हरे लेकिन कुछ सूखे हुअे कचरेकी परत डालकर बनाया जाता है। घोल बनानेके बाद जो ताजा गोबर बचे, अुसके या तो कंडे बनाये जा सकते हैं या छोटी नारंगीके बराबर हिस्से करके अुसे ढोरोंके बिछौने पर फैलाया जा सकता है। घोल बनानेके बाद पेशाबवाली मिट्टीका और कुकुरमुत्तावाले खादका बचा हिस्सा दूसरे दिन सुबह ढोरोंके बिछौने पर छिड़क दिया जाता है। फिर यह सीधे खड्डोंमें डालने और पतली परतोंमें फैलानेके लिअे फावड़ों और पालोंके जरिये सारे फर्श परसे अुठाया जाता है। बादमें अैसी हर परतको थोड़ी लकड़ीकी राख, ताजा गोबर, पेशाबकी मिट्टी और कुकुरमुत्तावाले खादके घोलसे अेकसा गीला किया जाता है। ढोरोंका सारा बिछौना अुठा लेनेके बाद फर्श पर बिखरा हुआ बारीक कचरा भी झाड़ लिया जाता है, जो खड्डेकी अूपरी सतह पर बिछाया जाता है। सबसे अूपरकी परतको पानी छिड़ककर गीला किया जाता है और शामको व दूसरे दिन सुबह और ज्यादा पानी छिड़ककर अुसे पूरी तरह भिगो दिया जाता है। मिलनेवाले कचरेकी मात्राके मुताबिक अेक खड्डा या अुसका हिस्सा छह दिनमें सिरे तक भर दिया जाना चाहिये। अिसके बाद दूसरा खड्डा या अेक खड्डेका दूसरा हिस्सा अिसी तरह भरना शुरू किया जाय। खड्डोंको भरते समय कचरेको पांवसे दबाना नुकसानदेह होता है, क्योंकि अिससे हवा अन्दर नहीं जाने पाती।

बारिशमें खड्डे पानीसे भर जाते हैं। जब बारिश शुरू हो तो खड्डोंका कचरा निकाल कर जमीन पर अिकट्ठा कर देना चाहिये, जिससे अुसे अुलट-पुलट करनेका लाभ मिल जाय। बारिशके दिनोंमें ८ फुट × ८ फुट × २ फुटके ढेर जमीन पर लगाकर नया कम्पोस्ट बनाना चाहिये। ये ढेर खड्डोंके बीचकी चौड़ी जगहों पर बिलकुल पास पास किये जाने चाहिये, ताकि वे ठंडी हवासे बच सकें।

८. कम्पोस्टको पलटना और अुस पर पानी छिड़कना

सड़ते हुअे कम्पोस्टकी अूपरी सतह पर हर हफ्ते पानीका छिड़काव करके नमी रखी जाती है। खड्डेके भीतर बीच-बीचमें नमी और हवा पहुंचाते रहना जरूरी है, अिसलिअे खादको तीन बार पलटना चाहिये। हर पलटेके साथ पानीका छिड़काव करना चाहिये, जिससे नमीकी कमी पूरी की जा सके। गीले मौसममें पानीके छिड़कावकी मात्रा कम कर देनी चाहिये या पानी बिलकुल न छिड़कना चाहिये। लेकिन जब पहली बार खड्डा भरा जाय या ढेर लगाया जाय, तब तो हर मौसममें पानी छिड़कना ही चाहिये।

९. पहला पलटा — करीब १५ दिन बाद

सारे खड्डेसे अूपरकी न सड़ी हुअी परत निकाल डालिये और अुसे नया खड्डा भरनेके काममें लीजिये। फिर खुली हुअी सतह पर ३० दिनका पुराना कम्पोस्ट फैलाअिये और सिरे पर अितना पानी छिड़किये कि लगभग ६ अिंच नीचे तक वह अच्छी तरह गीला हो जाय। पहले पलटेके समय खड्डेको लम्बाअीके हिसाबसे दो हिस्सोंमें बांट दिया जाता है और हवाके रुखकी तरफके आधे हिस्सेको जैसेका तैसा रहने दिया जाता है। अुसे नहीं छेड़ा जाता। दूसरा आधा हिस्सा अुस पर डाल दिया जाता है (अिसके लिअे लकड़ीका घास अुठानेका औजार काम देता है)। कचरेकी अेक परतके बाद दूसरी परत नहीं अुठानी चाहिये, औजारोंको अिस तरह काममें लेना चाहिये कि जहां तक संभव

हो खड्डेके सिरेसे पेंदे तकका कचरा साथमें निकल सके। पलटे हुअे कचरेकी हर परतको, जो करीब छह अिंच मोटी होगी, पानी छिड़ककर अच्छी तरह भिगोना चाहिये। बारिशमें सारा ढेर पलटा जा सकता है, ताकि अुसकी अूंचाअी ज्यादा न बढ़ जाय।

१०. दूसरा पलटा — करीब अेक माह बाद

खड्डेके आधे हिस्सेका कचरा अुसकी खाली बाजूमें औजारसे पलट दिया जाता है और अुस पर काफी पानी छिड़का जाता है। अिसमें भी सिरेसे पेंदे तकके खादको मिलानेका ध्यान रखना चाहिये।

११. तीसरा पलटा — दो माह बाद

अिसी तरह कम्पोस्ट फावड़ेसे खड्डोंके पासकी चौड़ी जगहों पर फैला दिया जाता है और अुस पर पानी छिड़का जाता है। दो खड्डोंका खाद बीचकी खुली जगह पर १० फुट चौड़ा और ३॥ फुट अूंचा ढेर बनाकर अच्छी तरह फैलाया जा सकता है। ढेरकी लम्बाअी कितनी भी रखी जा सकती है और अिस तरह बहुतसे ढेर साथ-साथ लगाये जा सकते हैं। अगर सुभीता हो तो खादको पानी छिड़क कर खड्डोंसे गाड़ीमें भरकर सीधे खेतोंमें ले जाया जा सकता है। जिस जमीनमें खादका अुपयोग करना हो, वहीं अुसका ढेर लगाना चाहिये। अिससे बुवाअीके मौसममें कीमती समय बच सकेगा। सब ढेर अूंचे और चपटे सिरवाले होने चाहिये, ताकि वे बहुत ज्यादा सूख न जायं और अुनमें खाद बननेकी प्रक्रिया बन्द न हो जाय।

अच्छा कम्पोस्ट किसी भी समय बदबू नहीं करता और सारा अेकसे रंगका होता है। अगर वह बदबू करे या अुस पर मक्खियां बैठें, तो समझना चाहिये कि अुसे ज्यादा हवाकी जरूरत है। अिसलिअे खड्डेके खादको पलटना चाहिये और अुसमें थोड़ी राख और गोबर मिलाना चाहिये।

हर मामलेमें कचरे, गोबर वगैराकी कितनी मात्रा चाहिये, अिसका हिसाब नीचेके आंकड़ोंके आधार पर आसानीसे लगाया जा सकता है:

१२. चालीस ढोरोंके लिअे जरूरी मात्रा

छह दिन तक रोज खड्डे भरना : गोठानके फर्श पर ढोरोंके विछौनेके लिअे बिछाये हुअे कचरेकी और अुसे अुठानेके बाद झाड़ूसे अिकट्ठे किये हुअे बारीक कचरेकी अेक दिनमें खड्डेमें डाली जानेवाली मात्रा — ४० से ५० पाल भर कर कचरा, जिस पर ४ तगारी (१८ अिंच व्यासवाली और ६ अिंच गहरी) कुकुरमुत्तावाला खाद, १५ तगारी पेशाबवाली मिट्टी और अींधनके रूपमें अुपयोग न किया जानेवाला फाजिल गोबर फैलाया जाय।

घोल : गोठानके अेक दिनके कचरे वगैराके लिअे २० पीपे (चार गैलनके) पानी, ५ तगारी गोबर, १ तगारी राख, १ तगारी पेशाबवाली मिट्टी और २ तगारी कुकुरमुत्तावाला खाद।

पानी : गोठानके अेक दिनके कचरे वगैराके लिअ खड्डा भरते ही ६ पीपे पानी, १० पीपे पानी शामको और ६ पीपे दूसरे दिन सुबह।

अूपरी सतहका छिड़काव : हर बार २५ पीपे पानी।

पलटेके वक्त पानी : पहले पलटेके समय मौसमके मुताबिक ६० से १०० पीपे; दूसरे पलटेके समय ४० से ६० पीपे; तीसरे पलटेके समय ४० से ८० पीपे।

कुकुरमुत्तावाला खाद : पहले पलटेके वक्त १२ तगारी।

कोष्ठक

अेक तगारीमें भरी हुअी चीजोंकी मात्रा (दो पसरोंमें) और वजन (पौंडमें)।

चीज	मात्रा (पसरोंमें)	वजन (पौंडमें)
ताजा गोबर	६ से ७	४०
पेशाबवाली मिट्टी	२० से २१	२२
लकड़ीकी राख	१५	२०
कुकुरमुत्तावाला खाद	५	२०
पहले पलटेके लिअे खाद	६	२०

कामका समय-पत्रक

दिन	घटनायें
१	भरना शुरू होता है
६	भरना खतम होता है
१०	कुकुरमुत्ता जमता है
१२	पानीका पहला छिड़काव
१५ १६	पहला पलटा और अेक माह पुराना कम्पोस्ट मिलाना
२४	पानीका दूसरा छिड़काव
३०-३२	दूसरा पलटा
३८	पानीका तीसरा छिड़काव
४५	,, चौथा ,,
६०	तीसरा पलटा
६७	पानीका पांचवां छिड़काव
७५	,, छठा ,,
९०	काममें लेनेके लिअे कम्पोस्ट तैयार

अगर परिस्थितियां पूरी तरह अिन्दौर-पद्धतिसे कम्पोस्ट बनानेमें बाधक हों, तो नीचे लिखे ढगसे कुछ अंशमें अुसके फायदे अुठाये जा सकते हैं :

कअी तरहका मिला हुआ कचरा ढोरोंके बिछौनेके लिअे अुपयोगमें लाया जाय और दूसरे दिन सुबह हटानेके पहले अुस पर अूपर बताये मुताबिक जरूरी मात्रामें गोबर, पेशाबवाली मिट्टी और राख डाली जाय। यह सब कचरा बादमें अुस खेतकी मेड़ पर ले जाया जाता है, जिसमें अुसका अुपयोग करना होता है; या दूसरी किसी सूखी जगह पर ले जाया जाता है और ८ अिंच चौड़े और ३ अिंच अूंचे ढेरोंमें जमा किया जाता है। ढेरोंकी लम्बाअी सुविधाके अनुसार कितनी भी रखी जा सकती है। बारिश शुरू होनेके करीब महीने-भर बाद ही अुन पर कुकुरमुत्ता जम जायगा। अिसके बाद कोअी अैसा दिन चुनकर, जब

आकाशमें बादल घिरे हों या थोड़ी बारिश हो रही हो, अुसे पूरी तरह पलट दिया जाता है। अेक महीने बाद अेक या दो बार फिर अुसे पलट देनेसे मौसम खतम होते होते वह सड़ जायगा, बशर्ते कि समय-समय पर अच्छी बारिश होती रहे।

अलबत्ता, खाद तैयार होनेके पहले अेक बरस तक ठहरना जरूरी होगा। अगर बारिश बहुत कम हो तो शायद ज्यादा भी ठहरना पड़े।

अिस तरह बना हुआ खाद अिन्दौर-पद्धतिसे तैयार किये हुअे खादसे तो घटिया होता है, लेकिन खलिहानोंमें तैयार किये जानेवाले मामूली खादसे हर हालतमें ज्यादा अच्छा होता है। क्योंकि अिस तरीकेसे भी कड़ी और सख्त चीजें आसानीसे सड़ाअी जा सकती हैं और गांवकी मौजूदा पद्धतिसे तैयार होनेवाले खादसे कहीं ज्यादा मात्रामें खाद बनता है।

हरिजन, २४–८–'३५; पृ० २१८–१९, २२४

१३

गांवका आहार

पालिश बनाम बिना पालिश किया हुआ चावल

अगर चावल पुरानी पद्धतिसे गांवोंमें ही कूटा जाये, तो अुसकी मजदूरी हाथ-कुटाअी करनेवाली बहनोंके हाथमें जायगी और चावल खानेवाले लाखों लोगोंको, जिन्हें आज मिलोंके पालिश किये हुअे चावलसे केवल स्टार्च मिलता है, हाथ-कुटे चावलसे कुछ पोषक तत्त्व भी मिलेंगे। चावल पैदा करनेवाले प्रदेशोंमें जहां-तहां जो भयावनी चावलकी मिलें खड़ी दिखाअी देती हैं अुनका कारण मनुष्यका वह अमर्यादित लोभ ही है, जो न तो अपनी तृप्तिके लिअे अपने पंजेमें आये हुअे लोगोंके स्वास्थ्यकी परवाह करता है और न अुनके गुणकी। अगर लोकमत शक्ति-शाली होता तो वह चावलकी मिलोंके मालिकोंसे अिस व्यापारको —

जो समूचे राष्ट्रके स्वास्थ्यको खोखला बनाता है और गरीबोंको जीविका कमानेके अेक अीमानदारी-पूर्ण साधनसे वंचित करता है — बंद करनेका अनुरोध करता और हाथ-कुटाअीके चावलोंके ही अुपयोगका आग्रह रखकर चावल कूटनेवाली मिलोंका चलना अशक्य कर देता।

हरिजन २६-१०-'३४; पृ० २९२

गेहूंका चोकरयुक्त आटा

यह तो सभी डॉक्टरोंकी राय है कि बिना चोकरका आटा अुतना ही हानिकर है जितना पालिश किया हुआ चावल। बाजारमें जो महीन आटा या मैदा बिकता है अुसके मुकाबलेमें घरकी चक्कीका पिसा हुआ बिना चला गेहूंका आटा अच्छा भी होता है और सस्ता भी। सस्ता अिसलिअे होता है कि पिसाअीका पैसा बच जाता है। फिर घरके पिसे हुअे आटेका वजन कम नहीं होता। महीन आटे या मैदेमें तौल कम हो जाता है। गेहूंका सबसे पौष्टिक अंश अुसके चोकरमें होता है। गेहूंकी भूसी चालकर निकाल डालनेसे अुसके पौष्टिक तत्त्वकी बहुत बड़ी हानि होती है। ग्रामवासी या दूसरे लोग, जो घरकी चक्कीका पिसा आटा बिना चला हुआ खाते हैं, पैसेके साथ-साथ अपना स्वास्थ्य भी नष्ट होनेसे बचा लेते हैं। आज आटेकी मिलें जो लाखों रुपये कमा रही हैं अुस रकमका काफी बड़ा हिस्सा गावोंमें हाथकी चक्कियां फिरसे चलने लगनेसे गावोंमें ही रहेगा और वह सत्पात्र गरीबोंके बीच बंटता रहेगा।

हरिजनसेवक, ८-३-'३५; पृ० ४७६

गुड़

डॉक्टरोंकी रायके अनुसार गुड़ सफेद चीनीकी अपेक्षा कहीं अधिक पौष्टिक है; और अगर गाववालोंने गुड़ बनाना छोड़ दिया तो अुनके बाल-बच्चोंके आहारमें से अेक जरूरी चीज निकल जायगी। वे खुद शायद गुड़के बिना अपना काम चला सकेंगे, पर

शारीरिक ताकत गुड़के अभावमें निश्चय ही घट जा
गुड़ बनाना जारी रहा और लोगोंने अुसका अुपयोग
तो ग्रामवासियोंका करोड़ों रुपया अुनके पास ही रहे

हरिजनसेवक, ८–२–'३५; पृ० ४७६

हरी पत्तियां

आप खुराक या विटामिनोंके बारेमें लिखी हुआी वि
पुस्तकको अुठाकर देखिये, तो आपको पता चलेगा कि अ
साथ थोड़ी मात्रामें बिना पकाअी हुअी हरी पत्ति
खानेकी जोरदार सिफारिश की गयी है। बेशक, अुन
धूलको पूरी तरह साफ करनेके लिअे अुन्हें हमेशा ५-
अच्छी तरह धोना चाहिये। सिर्फ तोड़नेकी थोड़ीसी त
ही ये पत्तियां हर गांवमें मिल सकती हैं। फिर भी अुन्हें
ही खानेकी चीज समझा जाता है। हिन्दुस्तानके बहुतसे ग
दाल और चावल या रोटी और बहुतसी मिर्च पर गुज
शरीरको नुकसान करती है। चूंकि गांवोंका आर्थिक पु
सुधारसे शुरू किया गया है, अिसलिअे सादीसे सादी और
खुराकका पता लगाना चाहिये, जो गांववालोंको अुनक
तन्दुरुस्ती फिरसे पानेमें मदद कर सके। गांववालोंके हर
हरी पत्तियां जुड़ जायं, तो वे अैसी बहुतसी बीमारियोंसे बच
आज वे शिकार बने हुअे हैं। गांववालोंके भोजनमें विट
है। अुनमें से बहुतसे विटामिन हरी पत्तियोंसे मिल सकते हैं
अंग्रेज डॉक्टरने मुझे दिल्लीमें कहा था कि हरी पत्ता-भा
ठीक अुपयोग खुराक-सम्बन्धी रूढ़ विचारोंमें क्रान्ति
और आज दूधसे जो कुछ पोषण मिलता है अुसका बहुतस
पत्ता-भाजियोंसे मिल सकेगा। बेशक, अिसका मतलब यह
स्थानके जंगली घास-पातमें छिपी हुअी जो बेशुमार हरी प

है, अुनके पोषक तत्त्वोंकी तफ्सीलवार जांच की जाय और अुनके बारेमें बड़ी मेहनतसे जांच की जाय।

*

मैंने सरसों, सूआ, शलजम, गाजर, मूली और मटरकी हरी पत्तियां खाओी थीं। अिसके अलावा यह कहना शायद ही जरूरी हो कि मूली, शलजम और गाजर कच्ची हालतमें भी खाये जा सकते हैं। गाजर, मूली और शलजमको या अुनकी पत्तियोंको पकाना पैसे और 'अच्छे' जायकेको बरबाद करना है। अिन भाजियोंमें जो विटामिन होते हैं वे पकानेसे पूरे या थोड़े नष्ट हो जाते हैं। मैंने अिनके पकानेको 'अच्छे' जायकेकी बरबादी कहा है, क्योंकि बिना पकाओी हुओी हरी भाजियोंमें अेक खास कुदरती अच्छा जायका होता है, जो पकानेसे खतम हो जाता है।

हरिजन १५–२–'३५, पृ० १–२

मनुष्य अपनी शक्तिके सर्वोच्च स्तर पर कार्य कर सके, अिसके लिअे अुसे पूरा पोषण पहुंचानेकी वनस्पति-जगतकी अपार क्षमताकी आधुनिक औषधि-विज्ञानने अभी तक कोओी जांच-पड़ताल नहीं की है। अुसने तो बस मांस या बहुत हुआ तो दूध और दूधसे प्राप्त दूसरे पदार्थोंका ही सहारा पकड़ रखा है। भारतीय चिकित्सकोंका, जो परम्परासे शाकाहारी हैं, यह कर्तव्य है कि वे अिस कार्यको पूरा करें। विटामिनोंकी तेजीसे हो रही खोजोंसे और अिस सम्भावनासे कि अधिक महत्त्वके विटामिनोंको सूर्यसे सीधा पाया जा सकता है, अैसा प्रकट होता है कि आहारके क्षेत्रमें अेक बड़ी क्रान्ति होने जा रही है और अुसके विषयमें अभी तक जो स्वीकृत सिद्धान्त चले आ रहे थे तथा औषधि-विज्ञान अभी तक जिन विश्वासोंका पोषण करता आ रहा था, अुनमें शीघ्र ही परिवर्तन होनेवाला है।

यंग अिंडिया, १८–७–'२९; पृ० २३६–३७

शारीरिक ताकत गुड़के अभावमें निश्चय ही घट जायगी। . . . अगर गुड़ बनाना जारी रहा और लोगोंने अुसका अुपयोग करना न छोड़ा, तो ग्रामवासियोंका करोड़ों रुपया अुनके पास ही रहेगा।

हरिजनसेवक, ८–२–'३५; पृ० ४७६

हरी पत्तियां

आप खुराक या विटामिनोंके बारेमें लिखी हुआी किसी भी आधुनिक पुस्तकको अुठाकर देखिये, तो आपको पता चलेगा कि अुसमें हर भोजनके साथ थोड़ी मात्रामें बिना पकाओी हुआी हरी पत्तियां या भाजियां खानेकी जोरदार सिफारिश की गयी है। बेशक, अुन पर जमी हुआी धूलको पूरी तरह साफ करनेके लिअे अुन्हें हमेशा ५–६ बार पानीसे अच्छी तरह धोना चाहिये। सिर्फ तोड़नेकी थोड़ीसी तकलीफ अुठानेसे ही ये पत्तियां हर गांवमें मिल सकती हैं। फिर भी अुन्हें सिर्फ शहरोंकी ही खानेकी चीज समझा जाता है। हिन्दुस्तानके बहुतसे हिस्सोंमें गांववाले दाल और चावल या रोटी और बहुतसी मिर्च पर गुजर करते हैं, जो शरीरको नुकसान करती है। चूंकि गांवोंका आर्थिक पुनर्गठन खुराकके सुधारसे शुरू किया गया है, अिसलिअे सादीसे सादी और सस्तीसे सस्ती खुराकका पता लगाना चाहिये, जो गांववालोंको अुनकी खोअी हुआी तन्दुरुस्ती फिरसे पानेमें मदद कर सके। गांववालोंके हर भोजनमें अगर हरी पत्तियां जुड़ जायं, तो वे अैसी बहुतसी बीमारियोंसे बच सकेंगे, जिनके आज वे शिकार बने हुअे हैं। गांववालोंके भोजनमें विटामिनोंकी कमी है। अुनमें से बहुतसे विटामिन हरी पत्तियोंसे मिल सकते हैं। अेक प्रसिद्ध अंग्रेज डॉक्टरने मुझे दिल्लीमें कहा था कि हरी पत्ता-भाजियोंका ठीक-ठीक अुपयोग खुराक-सम्बन्धी रूढ़ विचारोंमें क्रान्ति पैदा कर देगा और आज दूधसे जो कुछ पोषण मिलता है अुसका बहुतसा हिस्सा हरी पत्ता-भाजियोंसे मिल सकेगा। बेशक, अिसका मतलब यह है कि हिन्दुस्तानके जंगली घास-पातमें छिपी हुआी जो बेशुमार हरी पत्तियां मिलती

है, अुनके पोषक तत्त्वोंकी तफ्सीलवार जांच की जाय और अुनके बारेमें सही नेहलवसे प्रोय की जाय।

•

मैंने सरसों, मूला, शलजम, गाजर, मूली और मटरकी हरी पत्तियां खाजी थीं। अिसके अलावा यह कहना शायद ही जरूरी हो कि मूली, शलजम और गाजर कच्ची हालतमें भी खाये जा सकते हैं। गाजर, मूली और शलजमको या अुनकी पत्तियोंको पकाना पसे और 'अच्छे' जायकेको बरबाद करना है। अिन भाजियोंमें जो विटामिन होते हैं वे पकानेसे पूरे या थोड़े नष्ट हो जाते हैं। मैंने अिनके पकानेको 'अच्छे' जायकेकी बरबादी कहा है, क्योंकि बिना पकाअी हुअी हरी भाजियोंमें अेक खास कुदरती अच्छा जायका होता है, जो पकानेसे खतम हो जाता है।

हरिजन १५-२-'३५; पृ० १-२

मनुष्य अपनी शक्तिके सर्वोच्च स्तर पर कार्य कर सके, अिसके लिअे अुसे पूरा पोषण पहुंचानेकी वनस्पति-जगतकी अपार क्षमताकी आधुनिक औषधि-विज्ञानने अभी तक कोअी जांच-पड़ताल नहीं की है। अुसने तो बस मांस या बहुत हुआ तो दूध और दूधसे प्राप्त दूसरे पदार्थोंका ही सहारा पकड़ रखा है। भारतीय चिकित्सकोंका, जो परंपरासे शाकाहारी हैं, यह कर्तव्य है कि वे अिस कार्यको पूरा करें। विटामिनोंकी तेजीसे हो रही खोजोंसे और अिस सम्भावनासे कि अधिक महत्त्वके विटामिनोंको सूर्यसे सीधा पाया जा सकता है, अैसा प्रकट होता है कि आहारके क्षेत्रमें अेक बड़ी क्रान्ति होने जा रही है और अुसके विषयमें अभी तक जो स्वीकृत सिद्धान्त चले आ रहे थे तथा औषधि-विज्ञान अभी तक जिन विश्वासोंका पोषण करता आ रहा था, अुनमें शीघ्र ही परिवर्तन होनेवाला है।

यंग अिंडिया, १८-७-'२९, पृ० २३६-३७

१४

सोयाबीनकी खेती

यह याद रखना चाहिये कि सोयाबीन अेक अत्यन्त पौष्टिक आहार है। जितने खाद्य-पदार्थोंका हमें पता है, अुनमें सोयाबीन सर्वोत्कृष्ट है; क्योंकि अुसमें कार्बोहाअिड्रेटकी मात्रा कम और क्षारों, प्रोटीन तथा चर्बीकी मात्रा अधिक होती है। अुससे मिलनेवाली शक्तिका परिमाण प्रति पौंड २,१०० कैलरी होता है, जब कि गेहूंका १,७५० और चनेका १,५३० होता है। सोयाबीनमें ४० प्रतिशत प्रोटीन और ४.३ प्रतिशत चर्बी तथा अंडेमें १४.८ प्रतिशत प्रोटीन और १०.५ प्रतिशत चर्बी होती है। अतः सोयाबीनको प्रोटीन तथा चर्बीदार सामान्य भोजनके अलावा नहीं खाना चाहिये। गेहूं और घीकी मात्रा भी कम कर देनी चाहिये और दालको तो अेकदम निकाल देना चाहिये, क्योंकि सोयाबीन खुद ही अेक अत्यन्त पौष्टिक दाल है।

हरिजनसेवक, १२–१०–'३५; पृ० २७९

लोग पूछताछ कर रहे हैं कि सोयाबीन कहां मिलती है, कैसे बोअी जाती है और किस-किस रीतिसे पकाअी जाती है। मैं बड़ोदा राज्यके फूड सर्वे ऑफिससे प्रकाशित अेक गुजराती पत्रिकाके मुख्य-मुख्य अंशोंका स्वतंत्र अनुवाद नीचे देता हूं। अुसका मूल्य अेक पैसा है।

> "सोयाबीनका पौधा अेक फुटसे लेकर सवा फुट तक अूंचा होता है। हरअेक फलीमें औसतन् तीन दाने होते हैं। अिसकी बहुतसी किस्में हैं। सोयाबीन सफेद, पीली, कुछ काली-सी और रंग-बिरंगी आदि अनेक तरहकी होती है। पीलीमें प्रोटीन और चर्बीकी मात्रा सबसे अधिक होती है। अिस किस्मकी सोयाबीन मांस और अंडेसे अधिक पोषक होती है। चीनी लोग

सोयाबीनको चावलके साथ खाते हैं। साधारण आटेके साथ असका आटा मिलाकर चपातिया भी बना सकते हैं। मिश्रण अिस तरह किया जाय कि अेक हिस्सा सोयाबीनका आटा हो और पाच हिस्से गेहूंका।

"सोयाबीनकी खेतीसे जमीन अच्छी अुपजाअू हो जाती है। कारण यह है कि दूसरे पौधोकी तरह जमीनसे नाअिट्रोजन लेनेके बजाय सोयाबीनका पौधा अुसे हवासे लेता है और अिस तरह जमीनको जरखेज बनाता है।

"सोयाबीन दरअसल सभी किस्मकी जमीनोंमें पैदा होती है। सबसे ज्यादा वह अुस जमीनमें पनपती है, जो कपास या अनाजकी फसलोके लिअे मुआफिक पड़ती है। नोनिया जमीनमें अगर सोयाबीन बोअी जाय तो वह जमीन सुधर जाती है। अैसी जमीनमें खाद अधिक देना चाहिये। बिजबिजाया हुआ गोबर, घास, पत्तिया और गोबरके घूरेका खाद सोयाबीनकी खेतीके लिअे बहुत ही मुफीद है।

"सोयाबीनके लिअे अैसी जगह अनुकूल पड़ती है, जो न बहुत गर्म हो न बहुत सर्द। जहां ४० अिंचसे अधिक वर्षा नहीं होती, वहा अिसका पौधा खूब पनपता है। अुसे अैसी जमीनमें नहीं बोना चाहिये, जो पानीसे तर रहती हो। यों आम तौर पर सोयाबीनको पहली बारिश पड़नेके बाद बोते हैं, पर वह किसी भी मौसममें बोअी जा सकती है। अगर जमीन जल्दी-जल्दी खुश्क हो जाती हो, तो खुश्क मौसममें हफ्तेमें अेक या दो बार अुसे पानीकी जरूरत पड़ती है।

"जमीन सबसे अच्छी तो गर्मियोंमें तैयार होती है। अुसे खूब अच्छी तरह जोत डाला जाय और अुस पर तेज धूप पड़ने दी जाय। फिर ढेलोको तोड़-तोड़कर मिट्टीको खूब महीन कर दिया जाय।

गड़बड़ पैदा करती है। अिसका कारण यह है कि अिसमें तेलकी मात्रा बहुत अधिक यानी पचास प्रतिशत होती है। मूंगफलीके दानोंको अच्छी तरह साफ करके अुनमें से तेल निकाल लिया जाय, तो जो खली बाकी बचेगी वह मनुष्यके लिअे बहुत पौष्टिक आहारका काम देगी और कोअी नुकसान नहीं पहुंचायेगी। मूंगफलीकी खलीका और सोयाबीनका पृथक्करण अिस प्रकार है:

	मूंगफलीकी खली प्रतिशत	सोयाबीन प्रतिशत
आर्द्रता	८	८
प्रोटीड	४९	४३
कार्बोहाअिड्रेट	२४	१९.५
चर्बी	१०	२०
रेशा	४	५
खनिज द्रव्य	५	४.५

मूंगफलीकी खली सोयाबीनकी तुलनामें बहुत अच्छी अुतरती है। प्रोटीड और खनिज द्रव्य, जो अन्नके आवश्यक तत्त्व हैं, सोयाबीनकी अपेक्षा मूंगफलीकी खलीमें अधिक होते हैं। 'अेमिनो-अेसिड' के जो आवश्यक तत्त्व हैं, वे भी सोयाबीनके प्रोटीडसे मूंगफलीके प्रोटीडमें अधिक होते हैं:

जरूरी अेमिनो-अेसिड	मूंगफली प्रोटीड प्रतिशत	सोयाबीन प्रोटीड प्रतिशत
टिरोझाअिन	५.५	१.८६
अेर्जिनाअिन	१३.५	५.१२
हिस्टीडाअिन	१.८८	१.३९
लिसाअिन	५.५०	२.७१
सिस्टाअिन	०.८५	—

मूंगफलीकी खली खानेसे अगर पित्त बढ़ता हो, तो गुड़ या जरासा 'सोडा-बाअी-कार्ब' साथ लेनेसे पित्त बन्द हो जायगा।

और आशा रखें कि जो सच है वह किसी न किसी दिन प्रगट होगा ही। तब तक जिसे हम सच्चा धर्म समझें, अुसका अैलान मौका पाकर करते रहें।

प्र०—आप तो मछली खानेवालोंको मछली खिलानेकी बात लिखते हैं? क्या मछली खानेवाला हिंसा नहीं करता? और खिलाने-वाला अुसमें भागीदार नहीं बनता?

अु०—दोनोंमें हिंसा भरी है। भाजी खानेवाला भी हिंसा करता है। जगत हिंसामय है। देह धारण करनेका मतलब है हिंसामें शरीक होना। अैसी हालतमें अहिंसा-धर्मका पालन करना है। वह किस तरह किया जाय सो मैं कभी बार बता चुका हूं। मछली खानेवालेको जबर-दस्ती मछली खानेसे रोकनेमें मछली खानेसे ज्यादा हिंसा है। मछली मारनेवाले, मछली खानेवाले और मछली खिलानेवाले जानते भी नहीं कि वे हिंसा करते हैं। और अगर जानते भी हैं तो अुसे लाजिमी समझकर अुसमें भाग लेते हैं। लेकिन जबरदस्ती करनेवाला जान-बूझकर हिंसा करता है। बलात्कार अमानुषी कर्म है। जो लोग आपस-आपसमें लड़ते हैं, जो धन कमाते समय आगा-पीछा नहीं सोचते, जो दूसरोंसे बेगार लेते हैं, जो ढोरों या मवेशियों पर हदसे ज्यादा बोझ लादते हैं और अुन्हें लोहेकी या दूसरी किसी आरसे गोदते हैं, वे जानते हुअे भी अैसी हिंसा करते हैं जो आसानीसे रोकी जा सकती है। मछली या मास खानेवालोंको ये चीजें खाने देनेमें जो हिंसा है, अुसे मैं हिंसा नहीं मानता। मैं अुसे अपना धर्म समझता हूं। अहिंसा परम धर्म है। हम अुसका पूरा-पूरा पालन न कर सकें, तो भी अुसके स्वरूपको समझकर हिंसासे जितने बच सकें बचें।

हरिजनसेवक, २४-३-'४६; पृ० ५३

मूंगफलीकी खलीका स्वाद बहुत अच्छा होता है। और खलीको गरम करके अच्छी तरह बन्द किये हुअे बरतनमें रख दें, तो वह काफी मुद्दत तक वैसी ही रह सकती है।

मूंगफलीकी खलीकी मिठाअी और खानेकी दूसरी कअी सामान्य चीजें बन सकती हैं। अिसलिअे मूंगफलीकी खलीकी अुपयोगिता विषयक ज्ञानका प्रचार करनेका प्रयत्न देशमें होना चाहिये। यह गुणमें निश्चित ही सोयाबीनके समान, बल्कि अुससे भी बढ़कर है।

हरिजनसेवक, १–२–'३६; पृ० ४०८

१६
आहारमें अहिंसा

प्र०—आप लोगोंसे कहते हैं कि पालिश किये हुअे चावल नहीं खाने चाहिये। लेकिन यह बुराअी तो बहुत गहरी पैठ गअी है। पालिशवाले चावलोंको मल-मलकर धोया जाता है। पकाने पर माड़का सारा पानी, जिसमें सत्त्व होता है, बहा दिया जाता है; क्योंकि आंखोंको और जीभको खिले हुअे चावल खाना अच्छा लगता है। छात्रावासमें भी यही होता है। यह बुराअी कैसे मिटाअी जाय?

अु०—मैं अिस बुराअीसे अनजान नहीं हूं। हम गरीब-से-गरीब मुल्कमें रहते हैं, फिर भी हम अपनी बुरी आदतों और नुकसान पहुंचानेवाले स्वादोंको छोड़नेके लिअे तैयार नहीं हैं। हमें अपनी ही पड़ी है। दूसरे अपने होते हुअे भी हमें पराये-से मालूम होते हैं। वे मरें या जीयें, हमें अुससे क्या? वे मरेंगे तो अपने पापसे; जीयेंगे तो अपने पुण्यसे! मरना-जीना हमारे हाथमें कहां है? हम खायें, पीयें और मौज करें, यही हमारा पुण्य है!

जहां धर्मका रूप अितना विकृत हो गया हो, वहां अुसका अेक ही अिलाज है। जिसे हम सच्चा धर्म मानते हैं अुसका पालन करें

और आशा रखें कि जो सच है वह किसी न किसी दिन प्रगट होगा ही। तब तक जिसे हम सच्चा धर्म समझें, अुसका अैलान मौका पाकर करते रहें।

प्र०—आप तो मछली खानेवालोंको मछली खिलानेकी बात लिखते हैं? क्या मछली खानेवाला हिंसा नहीं करता? और खिलानेवाला अुसमें भागीदार नहीं बनता?

अु०—दोनोंमें हिंसा भरी है। भाजी खानेवाला भी हिंसा करता है। जगत हिंसामय है। देह धारण करनेका मतलब है हिंसामें शरीक होना। अैसी हालतमें अहिंसा-धर्मका पालन करना है। वह किस तरह किया जाय सो मैं कअी बार बता चुका हूं। मछली खानेवालेको जबरदस्ती मछली खानेसे रोकनेमें मछली खानेसे ज्यादा हिंसा है। मछली मारनेवाले, मछली खानेवाले और मछली खिलानेवाले जानते भी नहीं कि वे हिंसा करते हैं। और अगर जानते भी हैं तो अुसे लाजिमी समझकर अुसमें भाग लेते हैं। लेकिन जबरदस्ती करनेवाला जान-बूझकर हिंसा करता है। बलात्कार अमानुषी कर्म है। जो लोग आपस-आपसमें लड़ते हैं, जो धन कमाते समय आगा-पीछा नहीं सोचते, जो दूसरोंसे बेगार लेते हैं, जो ढोरों या मवेशियों पर हदसे ज्यादा बोझ लादते हैं और अुन्हें लोहेकी या दूसरी किसी आरसे गोदते हैं, वे जानते हुअे भी अैसी हिंसा करते हैं जो आसानीसे रोकी जा सकती है। मछली या मांस खानेवालोंको ये चीजें खाने देनेमें जो हिंसा है, अुसे मैं हिंसा नहीं मानता। मैं अुसे अपना धर्म समझता हूं। अहिंसा परम धर्म है। हम अुसका पूरा-पूरा पालन न कर सकें, तो भी अुसके स्वरूपको समझकर हिंसासे जितने बच सकें बचें।

हरिजनसेवक, २४-३-'४६; पृ० ५३

१७

राष्ट्रीय भोजनकी आवश्यकता

राष्ट्रीय भोजन

मेरे खयालसे हमें अैसी टेव डालनी चाहिये, जिससे अपने प्रान्तके सिवा दूसरे प्रान्तमें प्रचलित भोजन भी हम स्वादसे खा सकें। मैं जानता हूं कि यह सवाल अुतना आसान नहीं है जितना वह दिखाअी देता है। मैं अैसे कअी दक्षिण-भारतीयोंको जानता हूं, जिन्होंने गुजराती भोजन करनेकी आदत डालनेकी बेहद कोशिश की, लेकिन अुसमें कामयाब नहीं हो सके। दूसरी तरफ, गुजरातियोंको दक्षिण-भारतीयोंकी विधिसे बनाअी गअी रसोअी पसन्द नहीं आती। बंगालके लोगोंकी वानगियां दूसरे प्रान्तवालोंको आसानीसे नहीं रुचतीं। लेकिन हम प्रान्तीयतासे अूपर अुठकर अपनी रहन-सहनकी आदतोंमें राष्ट्रीय बनना चाहें, तो हमें अपनी भोजन-सम्बन्धी आदतोंमें फर्क करनेके लिअे तथा अुनके आदान-प्रदानके लिअे तैयार होना पड़ेगा, अपनी रुचियां सादी करनी पड़ेंगी, और अैसी वानगियां बनाने और खानेका रिवाज डालना पड़ेगा जो स्वास्थ्यप्रद हों और जिन्हें सब लोग निःसंकोच खा सकें। अिसके लिअे पहले हमें विविध प्रान्तों, जातियों और समुदायोंके भोजनका सावधानीसे अध्ययन करना होगा। दुर्भाग्यसे या सौभाग्यसे, न सिर्फ हरअेक प्रान्तका अपना विशेष भोजन है, बल्कि अेक ही प्रान्तके विविध समुदायोंकी भोजनकी अपनी अपनी शैलियां भी हैं। अिसलिअे राष्ट्रीय कार्यकर्ताओंको चाहिये कि वे विविध प्रान्तोंके भोजनोंका और अुन्हें बनानेकी विधियोंका अध्ययन करें तथा अिन विविध भोजनोंमें पायी जानेवाली अैसी सामान्य, सादी और सस्ती वानगियां ढूंढ़ निकालें, जिन्हें सब लोग अपने पाचन-यंत्रको बिगाड़नेका खतरा अुठाये बिना खा सकें। जो भी हो, यह तो स्वीकार करना

ही चाहिये कि विविध प्रान्तों और जातियोंके रीति-रिवाजों और रहन-सहनके तरीकोंका ज्ञान हमारे कार्यकर्ताओंको होना ही चाहिये और अिस ज्ञानका न होना शर्मकी बात मानी जानी चाहिये। . . . अिस कोशिशमें हमारा अुद्देश्य सामान्य लोगोंके लिअे कुछ सस्ती वानगियां ढूंढ़ निकालनेका होना चाहिये। अगर हमारी निष्ठा हो तो यह आसानीसे हो सकता है। लेकिन अिसे संभव बनानेके लिअे कार्यकर्ताओंको स्वेच्छापूर्वक रसोअी करनेकी कला सीखनी पड़ेगी, विविध भोजनोंके पोषक मूल्योंका अध्ययन करना होगा और आसानीसे बनने-वाली सस्ती वानगियां तय करनी पड़ेंगी।

हरिजनसेवक, ५-१-'३४, पृ० ४

१८

खेती-सुधारकी अुपयोगी सूचनायें

[नीचेके हिस्से प्रोफे० जे० सी० कुमारप्पाकी टिप्पणियोंसे लिये गये हैं।

—मो० क० गांधी]

सहकारी समितियां

सहकारी समितियां न केवल ग्रामोद्योगके विकासके लिअे, बल्कि ग्रामवासियोंमें सामूहिक प्रयत्नकी भावना पैदा करनेके लिअे भी आदर्श अुपयोगी संस्थायें हैं। मल्टी-परपज सिम्प्रेण सोसायटी अर्थात् अनेक कार्य करनेके लिअे बनाअी हुअी ग्राम-सहकारी समिति कअी काम कअी तरीकोंसे कर सकती है। जैसे कि:

१. अुद्योगोंके लिअे आवश्यक कच्चा जरूरतका अनाज संग्रह कर सकती है

२. गांवमें पैदा की हुअी
... की चीजें ... आकर अुनमें ...

३. बीज, सुधरे हुअे औजार तथा हड्डी, मांस, मछली, खली और वनस्पति आदिका खाद गांववालोंको बांट सकती है;

४. अुस प्रदेशके लिअे सांड़ रख सकती है;

५. टैक्स अिकट्ठा करने और चुकानेके लिअे गांववालों और सरकारके बीच मध्यस्थ बन सकती है।

अनाजको अेक जगहसे दूसरी जगह लाने ले जाने और अुसे अुठाने-धरनेमें जो बहुतसा नुकसान होता है और खाद्य वस्तुओंको पहले अेक केन्द्रीय स्थान पर अिकट्ठा करने व वापस ग्रामवासियोंमें बांटनेमें जो खर्च होता है, वह सब अेक सहकारी समितिके मारफत काम करनेसे बचाया जा सकता है। सरकार और जनता दोनोंकी दृष्टिसे सहकारी समिति विश्वासपात्र साधन है। यदि अनाज गांवोंमें सहकारी समितियों द्वारा अिकट्ठा करके रखा जा सके, तो गांवके नौकरोंके वेतनका कुछ भाग आसानीसे अनाजके रूपमें दिया जा सकता है। अिससे अनाजके रूपमें लगान वसूल करनेकी अेक वांछनीय पद्धतिको आसानीसे अमलमें लाया जा सकेगा।

फसलोंकी योजना

फसलकी पैदावार पर निम्न दो बातोंको ध्यानमें रखते हुअे कुछ अंकुश रखना चाहिये: (१) हरअेक गांवको कपास-तमाखू जैसी सिर्फ पैसे देनेवाली फसलोंके बदले अपनी जरूरतका अनाज और जीवनकी प्राथमिक जरूरतोंके लिअे अुपयोगी कच्चा माल अुपजानेकी कोशिश करनी चाहिये। (२) अुसे कारखानेके लिअे अुपयोगी मालके बदले ग्रामोद्योगोंके लिअे अुपयोगी कच्चा माल पैदा करनेकी कोशिश करनी

दूर करनेके अुपयोगमें लायी जा सकती है। कारखानेके लिअे अुपयोगी रबर, तमाखू, सन और अैसी ही अन्य व्यापारिक फसलें बन्द कर देनी चाहियें या अुनकी मात्रा कमसे कम कर देनी चाहिये। किसान यह नीति अपनायें जिसके लिअे अैसी व्यापारिक फसलों पर भारी कर लगाना चाहिये या अधिक लगान लेना चाहिये, और यह भी वे सरकारसे लाअिसेन्स लेकर ही कर सकें, अैसी व्यवस्था होनी चाहिये। अैसा करनेसे किसानोंमें व्यापारिक फसलोंको तरजीह देनेका अुत्साह नहीं रहेगा। कुल मिलाकर अैसा होना चाहिये कि खेतीसे पैदा होने-वाली चीजोंकी कीमतें औद्योगिक पैदावारकी कीमतोंके मुकाबले कुछ ज्यादा ही रहें।

व्यापारिक फसलें, जैसे तमाखू, सन, गन्ना आदि दोहरी हानि-कारक हैं। वे मनुष्योंकी खाद्य-सामग्री तो कम करती ही हैं, साथ ही पशुओंके लिअे चारा भी पैदा नहीं होने देतीं, जो कि अन्नकी अच्छी फसलोंमें अपने-आप पैदा हो जाता है।

कारखानोंके लिअे अुपयोगी गन्नेकी पैदावार घटनेसे गुड़की पैदा-वार कम होगी। अिस कमीकी पूर्ति मजूर या ताड़के पेड़ोंसे, जिनसे आजकल ताड़ी अुतारी जाती है और जो अूसर जमीनमें पैदा होते हैं या जरूरतके मुताबिक पैदा किये जा सकते हैं, गुड़ पैदा करके की जा सकती है। गन्नेकी खेतीके लिअे जो सबसे अच्छी जमीन काममें लायी जाती है, अुसमें अनाज, फल व शाक-तरकारियां, जिनकी आज भारतको बहुत जरूरत है, पैदा की जा सकती हैं।

सिंचाअी

हर गांवके लिअे सिंचाअीकी व्यवस्था करने पर जितना जोर दिया जाय कम है। खेतीकी अुन्नतिके लिअे यह अेक बुनियादी चीज है। अिसी पर खेतीकी अुन्नति निर्भर रहती है। अन्यथा खेती जुअेका खेल बनी रहती है। कुअें खुदवाने, छोटे तालाबोंको बड़े बनाने मिट्टी निकालकर साफ करने और नहरें खुदवानेके लिअे अेक ... शुरू करना चाहिये। आटे और चावलकी मिलोंमें ...

अंजिनोंको सरकार पाताल-कुओंसे पानी खींचनेके काममें ले सकती है। पानीकी जरूरी सहूलियतके बिना खाद भी अच्छी तरह नहीं दिया जा सकता, क्योंकि पानीके अभावमें खाद फसलको नुकसान पहुंचाता है।

हरिजनसेवक, १२-५-'४६; पृ० १२७

खाद

कूड़ा-कचरा, हड्डियां और मैला वगैरा जो बेकार चीजें आज गांवकी तन्दुरुस्तीको बिगाड़ रही हैं, वे सब खाद बनानेके काममें आ सकती हैं। अिस प्रकारका मिश्र खाद तैयार करना बहुत आसान होता है और वह गायके गोबरके खाद जितना ही काम देता है। हड्डियां और खली, जो आम तौर पर विदेशोंमें भेज दी जाती हैं, गांवके बाहर न जाने दी जायं। गांवमें हड्डियोंको चूनेकी भट्टियोंमें थोड़ी आंच देकर चूनेकी चक्कियोंमें पीस लिया जाय और किसानोंको बांट दिया जाय।

ठेका लेनेवालोंको पहलेसे थोड़ी आर्थिक मदद देकर गांवोंमें ठेकेसे खाद तैयार कराया जाय। अिससे न सिर्फ गांवकी स्वच्छता बढ़ेगी, बल्कि मिश्र और सादा खाद बनानेवाले भंगी खाद बेचनेवाले व्यापारियोंका ऊंचा दरजा हासिल कर लेंगे।

आजकल जमीनका अुपजाअुपन अधिक बढ़ानेकी लम्बी-लम्बी बातें करनेके नाम पर खेतोंमें रासायनिक खाद दाखिल करनेके बड़े प्रयत्न हो रहे हैं। दुनियाभरमें जिस तरहके रासायनिक खादोंका जो अनुभव हुआ है, अुससे यह साफ चेतावनी मिलती है कि हमें जिन खादोंको अपने खेतोंमें नहीं घुसने देना चाहिये। जिन खादोंसे जमीनका अुपजाअुपन किसी भी प्रकार नहीं बढ़ता। अफीम या शराब जैसी चीजें जिस प्रकार आदमीको नशेमें झूठी शक्ति आनेका आभास कराती हैं, अुसी प्रकार ये सब खाद जमीनको अुत्तेजित करके थोड़े समयके लिअे ज्यादा फसल पैदा कर देते हैं, लेकिन अंतमें जमीनका सारा रस-कस चूस लेते हैं। खेतीके लिअे अत्यन्त जरूरी माने जानेवाले जीव-जन्तुओंका, जो जमीनमें रहते हैं, ये खाद नाश कर देते हैं। ये रासायनिक खाद दिखाकर लम्बे समयके बाद खेतीको नुकसान पहुंचानेवाले साबित होते हैं। रासायनिक खादोंके बारेमें जो बड़ी-बड़ी बातें कही जाती हैं, अुनके पीछे अुन खादोंके कारखानोंके मालिकोंकी अपने मालकी बिक्री बढ़ानेकी चिन्ताके सिवा और कुछ नहीं होता; और जमीनको अुससे लाभ होता है या हानि, अिस बातमें वे मालिक अेकदम लापरवाह होते हैं।

जमीनकी सार-संभाल

खादका संग्रह बढ़ानेके साथ जमीनमें पानीके निकासकी अुचित व्यवस्था करके और जहां जरूरत हो वहां छोटे-छोटे बांध बांधकर जमीनको धुलने और कटनेसे बचाया जाय तथा जमीनका अुपजाअुपन बढ़ानेवाले तत्त्वोंकी रक्षा की जाय। सारी बातोंका विचार करने पर यह बुनियादी चीज हमारे सामने आती है कि मनुष्यों और पशुओंका पोषण अन्न और घास-चारेके रूपमें जमीन पर ही आधार रखता है। जमीनका अुपजाअुपन घट जाय, तो अुसमें पैदा होनेवाली आहारकी चीजोंके गुण घट जायेंगे और परिणामस्वरूप तन्दुरुस्ती पर अुसका असर पड़े बिना नहीं रहेगा।

जरूरत होगी। अिसके बजाय अनाजके बदलेमें या अुसके साथ-साथ फल, शाकभाजी, मूंगफली, तिल आदि चीजें खुराकमें ली जायें, तो युक्ताहारके लिअे आवश्यक और स्वास्थ्यको टिकाये रखनेवाले रक्षात्मक तत्त्व केवल अनाजकी अपेक्षा अिस प्रकारकी खुराककी कम मात्रामें अधिक मिल सकते हैं। और अनाजके बजाय आलू जैसे कंदमूलसे प्रति अेकड़ मिलनेवाली कैलरीका प्रमाण भी अधिक होता है। अिस प्रकार हमारी दृष्टिसे युक्ताहारका दुहरा लाभ है। और अुससे हमारा सारा सवाल हल हो सकता है। अेक तो अुससे प्रति व्यक्ति जमीनकी कम जरूरत होगी; दूसरे शरीरको बराबर तन्दुरुस्त रखनेके लिअे खुराकमें जिन तत्त्वोंका होना जरूरी है, वे भी ठीक मात्रामें मिल जायेंगे। यह हिसाब लगाया गया है कि आजकल हिन्दुस्तानमें खाद्य-पदार्थोंकी खेतीके लायक जमीनका प्रमाण प्रति व्यक्ति ०.७ अेकड़ है। खाद्य-पदार्थोंकी खेतीके लिअे जमीनके मौजूदा बंटवारेके अनुसार यह प्रमाण हमारी खुराककी आवश्यकताकी दृष्टिसे बहुत अपर्याप्त मालूम होता है। लेकिन युक्ताहारके लिअे खानेकी जरूरी चीजें प्राप्त करनेकी दृष्टिसे यदि फिरसे खेतीकी व्यवस्था की जाय, तो यही प्रमाण जरूरतसे ज्यादा मालूम होता है। क्योंकि अुसके लिअे प्रति व्यक्ति जरूरी जमीनका जो अन्दाज निकाला गया है वह केवल ०.४ अेकड़ है। किसी स्थानकी आबादीकी खुराकके लिअे (वहांकी जमीनमें) आजकी तरह केवल अनाज पैदा करनेके बजाय वहांकी जमीनका अिस ढंगसे बटवारा होना चाहिये कि अुसमें युक्ताहारकी सारी आवश्यक चीजें पैदा की जा सकें। सवालके अिस पहलूकी ज्यादा गहराअीसे जांच होनी चाहिये और अुसके आधार पर अेक निश्चित योजना तैयार की जानी चाहिये।

धान और चावल

१. त्रावणकोर राज्यकी तरह सारी चावलकी मिलें बंद की जानी चाहिये।

मनुष्यके आहार और पोषण-शास्त्रके विशेषज्ञ तन्दुरुस्तीको खेतीके साथ जोड़ते हैं।

अच्छे बीज

खेतीके सुधारके लिअे चुने हुअे और सुधरी हुअी किस्मके बीजोंकी खास जरूरत है। किसानोंको अच्छे बीज पहुंचानेके लिअे अेक व्यवस्था-तंत्र खड़ा करनेकी बड़ी जरूरत है। अिसके लिअे सहकारी समितियोंसे बढ़कर दूसरा कोअी साधन नहीं है।

खोजका विषय

खेतीवाड़ीके संबंधमें सारी शोध व्यापारिक फसलोंके बजाय अनाज और ग्रामोद्योगोंके लिअे कच्चा माल किस तरह पैदा किया जाय अिस बारेमें होनी चाहिये, न कि तम्बाकू जैसी नकद पैसा देनेवाली फसल, कारखानोंके लिअे मोटे छिलकेवाले गन्ने तथा लम्बे रेशेवाली कपास जैसा कच्चा माल पैदा करनेके बारेमें।

युक्ताहारके अुत्पादनके लिअे जमीनका बंटवारा

आजकल आहारके सवालने गंभीर रूप धारण कर लिया है, लेकिन अुसका तुरन्त कोअी हल निकले अैसा नहीं दीखता। अिस सवालके दो पहलू हैं। पहला हरअेक मनुष्यकी खुराकमें आवश्यक कैलरीकी कमीका और दूसरा मनुष्यके शरीरको टिकाये रखनेवाली रक्षणात्मक खुराककी दीर्घकालीन कमीका। पहला सवाल तो किसी हल हो सकता है, लेकिन दूसरेका हल होना वर्तमान परिस्थिति- मुश्किल है।

आम तौर पर यह मान लिया जाता है कि अेक अेकड़ जमीनमें होनेवाले अनाजसे दूसरे किसी खाद्य पदार्थकी अपेक्षा अधिक कैलरी है। लेकिन अिस कैलरीके सवालको अेक ओर रखकर अितना याद रखना चाहिये कि अनाजमें शरीर और स्वास्थ्यको टिकाये रखनेवाले तत्त्व बहुत कम मिलते हैं। अिसलिअे केवल अनाज खाकर ही अिन तत्त्वोंको प्राप्त करनेकी बात सोचें, तो हमें अनाजके बहुत बड़े संग्रहकी

जरूरत होगी। अिसके बजाय अनाजके बदलेमें या अुसके साथ-साथ फल, शाकभाजी, मूंगफली, तिल आदि चीजें खुराकमें ली जायें, तो युक्ताहारके लिअे आवश्यक और स्वास्थ्यको टिकाये रखनेवाले रक्षणात्मक तत्त्व केवल अनाजकी अपेक्षा अिस प्रकारकी खुराककी कम मात्रामें अधिक मिल सकते हैं। और अनाजके बजाय आलू जैसे कदमूलसे प्रति अेकड़ मिलनेवाली कैलरीका प्रमाण भी अधिक होता है। अिस प्रकार हमारी दृष्टिसे युक्ताहारका दुहरा लाभ है। और अुससे हमारा सारा सवाल हल हो सकता है। अेक तो अुससे प्रति व्यक्ति जमीनकी कम जरूरत होगी; दूसरे शरीरको बराबर तन्दुरुस्त रखनेके लिअे खुराकमें जिन तत्त्वोंका होना जरूरी है, वे भी ठीक मात्रामें मिल जायेंगे। यह हिसाब लगाया गया है कि आजकल हिन्दुस्तानमें खाद्य-पदार्थोंकी खेतीके लायक जमीनका प्रमाण प्रति व्यक्ति ०.७ अेकड़ है। खाद्य-पदार्थोंकी खेतीके लिअे जमीनके मौजूदा बंटवारेके अनुसार यह प्रमाण हमारी खुराककी आवश्यकताकी दृष्टिसे बहुत अपर्याप्त मालूम होता है। लेकिन युक्ताहारके लिअे खानेकी जरूरी चीजें प्राप्त करनेकी दृष्टिसे यदि फिरसे खेतीकी व्यवस्था की जाय, तो यही प्रमाण जरूरतसे ज्यादा मालूम होता है। क्योंकि अुसके लिअे प्रति व्यक्ति जरूरी जमीनका जो अन्दाज निकाला गया है वह केवल ०.४ अेकड़ है। किसी स्थानकी आबादीकी खुराकके लिअे (वहांकी जमीनमें) आजकी तरह केवल अनाज पैदा करनेके बजाय वहांकी जमीनका अिस ढंगसे बंटवारा होना चाहिये कि अुसमें युक्ताहारकी सारी आवश्यक चीजें पैदा की जा सकें। सवालके अिस पहलूकी ज्यादा गहराअीसे जांच होनी चाहिये और अुसके आधार पर अेक निश्चित योजना तैयार की जानी चाहिये।

धान और चावल

१. त्रावणकोर राज्यकी तरह सारी चावलकी मिलें बन्द कर दी जानी चाहिये।

२. चावलको पालिश करनेवाली सारी यंत्र-चक्कियां बन्द कर दी जानी चाहिये।

३. बिना पालिश किये हुअे या बिना छंटे पूरे चावलमें अधिक पोषण-शक्ति है, यह बात लोगोंको सिखाअी जानी चाहिये और प्रत्यक्ष क्रिया या सिनेमाकी फिल्मों द्वारा अुन्हें रांधनेकी रीति सिखाअी जानी चाहिये। चावलको पालिश करनेकी मनाही हो जानी चाहिये या यह निश्चित कर देना चाहिये कि चावलको कितने प्रमाणमें छांटा या पालिश किया जाय; और अुस पर सख्तीसे अमल होना चाहिये।

४. खासकर धानकी खेती करनेवाले प्रदेशोंमें, जहां धानको कूटकर अुसकी भूसी अलग करनेका धंधा औद्योगिक स्तर पर चलता हो, वहां धानको अलग करनेके, साफ करनेके और अैसे ही दूसरे कीमती साधन कारीगरोंके समूहको अुनकी सहकारी समिति द्वारा भाड़ेसे देनेकी व्यवस्था की जानी चाहिये।

५. बिना छंटे या बिना पालिश किये हुअे चावलकी हिमायत करके अुसे लोकप्रिय बनाना है, अिसलिअे धानको अेक प्रदेशमें से दूसरे प्रदेशमें लाने-ले जानेकी जरूरत होगी। लेकिन चावलोंकी अपेक्षा भसीवाले धानका वजन अधिक होनेसे अुसे लाने-ले जानेके भाड़की
चावलकी कीमत बढ़ न जाय, अिस खयालसे धानके भाड़की
रखनी चाहिये।

जिन प्रदेशोंमें धानकी भूसी अलग करने और चावलको
अेक ही किस्मके साधनोंसे होता है, वहां धानको कूटकर
अलग की जाती है। अिसलिअे जो चावल निकलते हैं
होकर निकलते हैं। अैसे प्रदेशोंमें जिलेवार जो प्रयोग-केन्द्र
हों अुनके मारफत दूसरे औजारोंके साथ-साथ धानकी भूसी
लकड़ी, पत्थर या मिट्टीकी चक्कियां दाखिल करनी
जहां तक बने चावलको पालिश करनेवाले औजारोंको बढ़ाया
जाय; अुलटे अुनकी संख्या पर नियंत्रण रखनेके हेतुसे अुन

पर कुछ कर लगाया जाना चाहिये। साथ ही लाअिसेंस लेकर अैसे रोजगार रखनेवाले लोग चावलको कितना पालिश करते हैं, अिस बात पर भी देखरेख और नियंत्रण रखना चाहिये। गाँवकी जरूरतका धान तथा दूसरा अनाज और बीज गाँवमें ही संग्रह करके रखे जायें और केवल बचा हुआ हिस्सा ही बाहर भेजा जाये। अिन सब कामोंके लिअे सबसे अच्छा साधन 'मल्टी-परपज़ सोसायटी' या अनेक तरहके काम करनेवाली सहकारी समिति ही है।

अनाजका संग्रह

यदि अनाजके संग्रहकी व्यवस्था जहाँकी वहीं कर ली जाय, तो संग्रह करनेकी दोषयुक्त पद्धतिके कारण अनाजकी जो बरबादी होती है वह बन्द हो जायेगी और अनाजको अिधरसे अुधर लाने-ले जानेका व्यर्थ खर्च बच जायगा। बड़े कस्बों या शहरोंमें, जहाँ अनाजका भारी संग्रह रखना होगा, युक्तप्रान्तके मुजफ्फरनगर जैसे सिमेन्टके पक्के गोदाम बनाये जाने चाहियें। अैसे गोदाम या तो वहाँकी म्युनिसिपैलिटी बनवा सकती है या खानगी व्यक्ति बनवा सकते हैं, और अुन्हें अनाजके संग्रहके लिअे भाड़ेसे दे सकते हैं। आजकल जिस प्रकार कारखानोंके बॉयलरोंके लिअे लाअिसेन्स निकालने पड़ते हैं और अुनकी समय-समय पर जाँच होती रहती है, अुसी प्रकारकी पद्धति अिन गोदामोंके बारेमें भी होनी चाहिये। केवल अनाजको गोदाममें रखने या संग्रह करनेकी गलत पद्धतिके कारण ही बहुत बड़ी मात्रामें अनाज बिगड़ जाता है। अिस बिगाड़का कमसे कम कूता गया अन्दाज पैंतीस लाख टन है और वह हिन्दुस्तानमें चालू वर्षमें अनाजकी जो कमी बतलाअी गअी है लगभग अुतना ही है। जीव-जन्तुओं, चूहा, घुस और सीलके कारण जो अनाज बिगड़ जाता है या सड़ जाता है, अुसके मूलमें संग्रहकी यह दोषपूर्ण पद्धति ही है। अिस बिगाड़में तरह-तरहकी रिया पैदा होती हैं और यह बिगाड़ भी कोअी अैसा-वैसा नहीं यह सारा सवाल हमेशाका सवाल है, और अिसे गंभीरतासे

२. चावलको पालिश करनेवाली सारी यंत्र-चक्किय
दी जानी चाहिये।

३. बिना पालिश किये हुअे या बिना छंटे पूरे चाव
पोषण-शक्ति है, यह बात लोगोंको सिखाअी जानी चाहिये
क्रिया या सिनेमाकी फिल्मों द्वारा अुन्हें रांधनेकी रीति सिर
चाहिये। चावलको पालिश करनेकी मनाही हो जानी चा
निश्चित कर देना चाहिये कि चावलको कितने प्रमाणमे
पालिश किया जाय; और अुस पर सख्तीसे अमल होन

४. खासकर धानकी खेती करनेवाले प्रदेशोंमें, ज
कूटकर अुसकी भूसी अलग करनेका धंधा औद्योगिक स्तर
हो, वहां धानको अलग करनेके, साफ करनेके और अैसे
कीमती साधन कारीगरोंके समूहको अुनकी सहकारी स
भाड़ेसे देनेकी व्यवस्था की जानी चाहिये।

५. बिना छंटे या बिना पालिश किये हुअे चावलक

गांधीजीकी महत्त्वपूर्ण पुस्तकें

१. अस्पृश्यता	०.१९
२. अहिंसक समाजवादकी ओर	१.००
३. आरोग्यकी कुंजी	०.४४
४. खादी	२.००
५. गांधीजीकी संक्षिप्त आत्मकथा	०.७५
६. गीताका सन्देश	०.३०
७. गोसेवा	१.५०
८. नभी तालीमकी ओर	१.००
९. पंचायत राज	०.३०
०. बुनियादी शिक्षा	१.५०
१. मंगल-प्रभात	०.३७
२. मेरा समाजवाद	०.४०
३. मेरे सपनोंका भारत	२.५०
४. यरवडाके अनुभव	१.००
५. रामनाम	०.५०
६. शरीर-श्रम	०.२५
७. सत्यके प्रयोग अथवा आत्मकथा	१.५०
८. सन्तति-नियमन : सही मार्ग और गलत मार्ग	०.४०
९. सर्वोदय	२.००
०. सहकारी खेती	०.२०
२१. स्त्रियां और अुनकी समस्यायें	१.००
२२. हमारे गांवोंका पुनर्निर्माण	१.५०
२३. हरिजनसेवकोंके लिअे	०.३७
२४. हिन्द स्वराज्य	०.७०

डाकखर्च अलग

नवजीवन ट्रस्ट, अहमदाबाद-१४

तुरन्त हल करनेकी बड़ी आवश्यकता है। और कुछ नहीं तो कमसे कम आजकल रक्षाके किसी भी प्रकारके साधनोंसे रहित या नाममात्रके साधनोंवाले गोदामोंमें अनाजका जो संग्रह किया जाता है, वह तो अेकदम बन्द कर दिया जाना चाहिये।

जिन गांवोंमें अनाज पैदा होता है वहीं अुसका संग्रह किया जाय और कस्बों या शहरोंमें जाकर पुनः गांवोंमें अनाजके वापस लौटनेकी आजकी प्रथा बन्द की जा सके, तो बेशक अनाजके बिगड़नेकी बहुत कम संभावना रहेगी। अनाजका संग्रह जहांका वहीं करनेसे काले-बाजारको नष्ट करनेमें, भावोंको स्थिर रखनेमें और गांवोंको शहरोंसे रेशन पानेमें होनेवाली कठिनाअी दूर करनेमें बड़ी मदद होगी।

व्यक्तिगत रूपसे अनाजका संग्रह करनेवाले प्रत्येक व्यक्तिको अनाजके संग्रह तथा अुसे हिफाजतसे रखनेके तरीके सिखाये जाने चाहिये।

हरिजनसेवक, १९–५–'४६; पृ० १३८–३९